

1 July
1977

ABHISARIKA,
SAMALKOT-533440.

ఆర్యా,

మావద్ద ఈ దిగువ ప్రచురణలు సిద్ధంగా ఉన్నాయి మీకేవి ఎన్నేసి కాపీలు కావాలో తెలుపుతూ మీ ఆర్డరు పంపగోర్తున్నాము.

- | | |
|------------------------|---------|
| 1. రతిరహస్యం | రు 4-00 |
| 2. కామశిల్పం మొదటిభాగం | రు 2-00 |
| 3. ,, రెండవభాగం | రు 1-50 |
| 4. ,, మూడవభాగం | రు 1-50 |
| 5. ,, నాల్గవభాగం | రు 1-50 |
| 6. ,, ఆఖరిభాగం | రు 2-00 |
| 7. క్షణం | రు 5-00 |

అభిసారిక సం॥ చందా రు 18-00

కాశ్వత చందా రు 120-00

—మేనేజర్

కామశిల్పం

(నాల్గవ భాగం)

Acc. No. 15-643

ప్రతిపాదించిన తేదీ

రచన

రాంమో

(డా॥ ఎడ్వైన్ డబ్ల్యు. హిల్స్ యం. డి. ని అనుసరించి)

అభిసారిక శామల్ కోట 533 440

మార్చి 1977

ఆంధ్ర ప్రదేశ్ సాహిత్య అకాడమి

అధ్యక్షులు

అధ్యక్షులు

వెల: రూపాయిన్నర

కవి

అధ్యక్షులు

(అధ్యక్షులు అధ్యక్షులు అధ్యక్షులు అధ్యక్షులు అధ్యక్షులు)

ముద్రణ:

ధర్మశాస్త్రం — కామేశ్వరం

విషయ సూచిక



8. కామశిల్పం

257

భార్య అందగాడేకాని- శయనేషుదాసీ- అంద
చందాలు- డూషింగ్- స్నానం ఆవశ్యకత-
వస్త్రధారణకళ- సరసంలేనిస్త్రీలు- వేశ్యలతో
కామం- ఇన్ సెస్ట్ కాంప్లెక్సు- పవిత్రత- రాగ
వర్ధన రహస్యం- కొంటెతనంకావాలి- ప్రజయ
కలహం- ఆ వైఖరిమంచిదికాదు- మగవాళ్ళకీ
ఉంది సిగ్గు- అంగక్షోభ- వాళ్ళేనయం- ఆడ
పిల్లలే ముందు- మగవాళ్ళ తొందరపాటు-
కాలంమారింది- రతివిధానాలు- మాదతున్న
అభిప్రాయాలు- రసపానస్థానాలు- ప్రమాదం
లేదు- జిహ్వ ప్రవేశం- చికాగో ప్రదర్శన-
ముద్ద- నఖత్తలాలు- దంతత్తలాలు- ప్రహర
ణం- సీత్యతం- కామానుభూతికథ- ప్రథమా
నుభవాలు- అమాయకముద్దులు- ముద్దు
యెందుకు పెట్టుకోవాలి?- స్పర్శనుఖం- పురుష
ప్రేరణ

వల్లవ భాగంలో

.... 349

ఉద్ధానపద్ధతి- పార్శ్వపద్ధతి- బీజవాహికాసా
వాలు- వై నతవిధానాలు- శ్రీల తొండర
ఆసీనకం- సామాన్యపద్ధతులు

9. ఇందిరియనిగ్రహం

.... 410

ఉద్ధానరేతస్కత- కరెజ్జ- ఓసీడాజాతి సిద్ధాం
తాలు- విమర్శ- సెమినల్ కాంప్లెక్స్- డుబా
యిన్ విధానం- ఆడ్లర్ సిద్ధాంతం- యంగ్
సిద్ధాంతం.

(తరువాయి అయిదవ భాగంలో)

కా మ శి ల్పం

సంప్రయోగం నెరవలసిన పద్ధతులు అసంఖ్యాకంగా వున్నాయి. కాని ఈ గ్రంథం నూతన దంపతులకోసమే ఉద్దేశించబడింది. కనుక, వారికి అవసరమైనంతవరకే చెప్పకుండాం సాధారణంగా దంపతులందరూ సనాతనకాలంనుంచీ అనుసరించే పద్ధతి ఒకటివుంది. దీనికే ఉద్ధానపద్ధతి అనిపేరు. భార్య వెల్లకిలా పరుండగా భర్త ఆమెపైన శయనించేపద్ధతి ఈ పద్ధతినే అధిక సంఖ్యాకులు అనుసరిస్తున్నారు. దీనివల్ల చాలా నష్టాలున్నాయి. భర్తలో ఉద్రేకాన్ని చచ్చిన హెచ్చించజేసి శీఘ్రంగా స్కలనం జరిగేటట్టు చేసే దుర్గుణం ఈ పద్ధతిలో వుంది. ఇంద్రియనిగ్రహాన్ని బాగా అలవదుచుకున్న భర్తలు గాక, ఇతరులు ఈ పద్ధతిని అనుసరించకూడదు. సాధ్యమయినంతవరకూ అందరూ ఈ పద్ధతిని అనుసరించకుండా ఉండటమే మంచిది. సంప్రయోగకాలంలో ఏ విధమయిన ఆవేశమూ హెచ్చకుండా యెక్కువకాలం పట్టేటట్లుచూడాలంటే అందుకు పనికివచ్చే పద్ధతుల్నే అనుసరించాలి.

నూత్నవరులకు ఇంద్రియనిగ్రహం చేతకాదు. అందుకే వారు సార్వ్వపద్ధతిని అనుసరించాలి. భర్త కుడిచేతిమీద, భార్య తన ఎడమచేతిమీదా పడుకోవాలి. భార్య ఎల్లప్పుడూ భర్తకు కుడిచేతివైపునే పడుకోవాలన్న సంగతి మరచిపోకూ

డదు. అతని కుడిచేతిమీద ఆమె మెడనీ, శిరస్సునీ ఆనుకోవాలి అప్పుడతని ఎడమచేయ్యి ఆమె శరీరాన్ని వదులుగా చుట్టు ముట్టుతుంది. ఎడమచేయ్యి ఈ విధంగా పైకి ఉండటంవల్ల ఈ సందర్భాన్నిబట్టి ఆమె శరీరానికతను సన్నిహితంగాగాని దూరంగాగాని జరగటానికి అవకాశం ఏర్పడుతుంది.

అతని ఎడమకాలు ఆమెశరీరంతో సమానస్థాయిలోఉంటుందిగదా! దానిపై కొంతవరకు ఆమె తన శరీరభాగాన్ని ముడుచుకుంటుంది. ఆమె తన కుడికాలు ఎత్తి ఆతని ఎడమ కాలుపై మోపుకోవాలి. ఇలాసర్దుబాటు చేసుకోవటం ఏమంత కష్టంకాదు.

పార్శ్వపద్ధతిని మాటవరసకన్నా మేకాని ఇది పూర్తిగా పార్శ్వపద్ధతికాదు. ఇందులో భర్త ఇంచుమించు సగం నెల్ల కిలా పడుకున్నట్టే అవుతుంది. ఆమెకూడా భర్త ఛాతీమీదనే ఎక్కువబరువును మోపుకుంటుంది. అనగా ఒకవిధంగా ఏట వాలుగా వాడుభయులూ ఉండాలని గ్రహించండి. ఏ విధమైన యిరకాటం లేకుండా, వాడుభయులూ తమ శరీరాల్ని అమర్చుకున్న తర్వాత భర్త తన బట్టిచేతాన్ని ముందు వెనుక లకు ఆడించేందుకు అవకాశం వుండాలి. అప్పుడు అతను తన ఎడమచేతితో భార్య ఆర్ద్ర బీజవాహికాధరాలను గ్రహించి, అందుండు యోనిశీర్షాన్ని స్పర్శించాలి. ఈ పార్శ్వపద్ధతిలో ఆమె తన కుడికాలును ఆతని ఎడమకాలిపై వేసికొని ఉండటం

వల్ల యోని విప్పిరి శిశ్నశీర్షం పట్టగలిగినంత కాళీప్రదేశాన్ని
వీర్చదుస్తుంది. యోనిశీర్షంకూడా యీ శూన్యప్రదేశంలోకే
జొరబడి ఉంటుంది. అప్పుడతను సన్నిహితంగా జరిగి ప్రకం
పించే పురుషాంగశీర్షముచే యోనిశీర్షమును స్పర్శింపజేయాలి.

ఈ ఆఖరివాక్యం చాలామందికి అర్థంలేనిపనిగా కనిపి
స్తుంది. శరీరశాస్త్రపరిజ్ఞానం ఉన్నవారండరూ ప్రాచీన కామ
శాస్త్రజ్ఞులుగాని, పాశ్చాత్యకామశాస్త్రజ్ఞులుగాని దీని అవశ్య
కతను నొక్కిచెప్పారు. అది తెలియక పురుషాంగముకు తగిన
స్థలము బీజవాహిక వ్రుడగా అలా యెందుకు చెయ్యాలనుకుం
టారు. బీజవాహికలోని వెచ్చదనం అకస్మాత్తుగా తగిలి పురు
షాంగంలోని జ్ఞాననాడులపై తీవ్రపీడకలిగించకుండా ఉం
డేందుకుగాను, పురుషాంగానికి యోని పరిసరవాతావరణాన్ని
కృమికృమంగా పరిచయం చేయాలని శాస్త్రజ్ఞులు అంటు
న్నారు. బీజవాహికా ప్రవేశంకూడా ఒకేసారి పూర్తిగా జరగ
కూడదు కృమికృమంగా జరగాలి.

సామాన్యతోతడియటంవల్ల బీజవాహిక పురుషాంగాన్ని
తేలికగా గ్రహించగలుగుతుంది. పైగా ఆ సమయంలో పురు
షాంగంలో ఉద్రేకం తీవ్రస్థాయిని పొందే అవకాశంవుంది.
బీజవాహికాసామాన్యతే పురుషాంగానికి ఉద్రేకస్థాయిని కలిగి
స్తాయి. అట్టి ఉద్రేకాన్ని నిగ్రహించుకోవలసింది పురుషాంగమే
గనుక అక్కడి ఆర్ద్రతకు పురుషాంగం సంసిద్ధంకావాలి. అం

దుకే పురుషాంగశీర్షం ముందుగా యోనిశీర్షంపై ఆసనమేర్పరచుకోవాలని చెప్పటం. ఇలా అయిదునిమిషాలలో షది నిమిషాలలో ఉండటంవల్ల ఉభయలలోనూ ఉద్దేకస్థాయి నడలుతుంది. ఈ పదినిమిషాలనేపూ ఉభయలూ సరససల్లాపాలతో మనస్సును ఆహ్లాదపరచుకోవాలి, ఈ విధంగా మన నూతన దంపతులు ఈ కొత్త ఉద్దేకాలకు అలవాటుపడి, వాటిని జయించటంవల్ల ఇక అంగం బీజవాహికా ప్రవేశం చేయటానికి అదను ఏర్పడినట్టవుతుంది;

ఇప్పుడుకూడా అంగాన్ని పూర్తిగా బీజవాహికలోనికి చొచ్చుకోనివ్వకూడదు ఒక అంగుళం లోతుకుమించి పోనివ్వకూడదని భర్తకు హెచ్చరించటం అవసరం. అందుకై అతను వెనక్కితగ్గి యోనిశీర్షానికి సుమారు అంగుళంన్నర క్రిందగా వున్న బీజంలోనికి తన అంగశీర్షాన్ని అంగుళం లోతువరకు చొప్పించాలి. అంతకుమించి ఎలాంటి కడలికల్నీ చెయ్యకూడదు. గాఢంగా నాలుగైదుసార్లు గాలిని పీల్చటంవల్ల శరీరంలోని ఆవేశం తగ్గుతుంది. ఇలా రెండు మూడు నిమిషాలపాటు నిశ్చలంగా ఉండటంవల్ల బీజవాహికలోనికి పురుషాంగాన్ని గాఢంగా చొప్పించాలన్న ఉద్దేశ్యం నశిస్తుంది. పైగా ఒక రకం సుఖానుభూతులుకూడా కలుగుతాయి. ఇప్పుడే వాస్తంగా అతనికి ఆత్మవిశ్వాసమూ, ధైర్యమూ కలిగేది. అప్పుడతను అంగాన్ని కొంచెం వెనక్కి ఉపసంహరించుకుని తిరిగి ముఖ

స్థానంలో ఉంచుకోవచ్చు. అనగా అప్పుడతను స్కూలించవలసిన అవసరం లేకుండా వాంఛా, ఉద్వేగం లేకుండా తొలి శదలి కని సాధించినట్లయింది. ఇన్ని నిమిషాలపాటు నిరుద్యేకంగా బీజవాహికలో తన అంగాన్ని ఉంచగలిగినందుకు అతనుతనను తాను మనస్సులో అభినందించుకుంటూవుంటాడు. పై గా బీజవాహికలోలి వాతావరణానికి పురుషాంగం అలవాటుపడినట్లయింది గనుక ఇది అతనికి విజయమే. ఇదే "సంప్రయోగ విశ్వాస"మంటే. మనిషిలో పిరికితనం, భయం, దడ, హడావిడి — ఇవన్నీ అరికట్టబడతాయి. ఆత్మవిశ్వాసం ఎప్పుడైతే కలిగిందో తాను గొప్పవాడనన్న భావకూడా అప్పుడేకలుగుతుంది. ధైర్యం దానికదే చక్కావస్తుంది. ఇంతకుపూర్వం ప్రవేశం అయీ అవకుండానే స్కూలన ముపుతూండటంవల్ల భార్యముందు శిరచ్ఛేదంగా వుండేది. ఇప్పుడా ప్రమాదంపోయి ఏదో విజయగర్వంలాంటిది ఆవేశిస్తుంది.

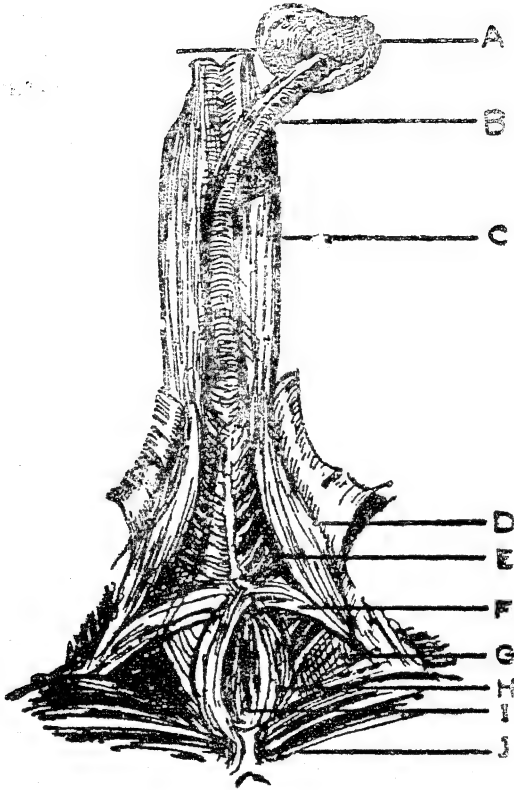
ఆవేశాన్ని ఎలా జయించుకోవాలో, ఇందియనిగ్రహాన్ని యెలా సాధించాలో మనం ఇంతవరకు చెప్పకున్న శిల్పంలో ఇమిడివుంది. ఆ సూచనలను అమలుపరచటంద్వారా పేషెంటు ఎక్కువసేపు తన జననాంగాన్ని శ్రీ బీజవాహికలో (కొంతమేరకే) నిలదొక్కుకోగలిగాడు. ఆ తర్వాత మరి కొంతమూరం మెల్లగా పోనివ్వాలి. వెంటవెంటనే యెక్కువ గాలిని ముక్కుటాలగుండా లోపలికి పీల్చి మెల్లగా విడిచి

పెట్టాలి. ఇలా ముందు వేనక్కి 15, 20 నాల్గు మెల్లగా జరుపుతూ ప్రతీ దఫా గాథంగా గాలిపీలుస్తూఉండాలి. ఏ క్షణంలోనైనా స్కరించేస్తానికి ఉద్దేశం వచ్చినప్పటికీ గాథాశ్వాసలవల్ల సమసిపోతుంది.

ఇప్పటికీ ఆ యిల్లాలు ఏమాత్రం తాళుకునే స్థితిలో ఉండదు. ఆమెలో కోరిక ప్రగాఢమై అతన్ని మరల గాథంగా హత్తుకుంటుంది అప్పుడకూడా కడలికలవేగం హెచ్చించవచ్చేగాని, బీజవాహిక లోపలికంటా పోనివ్వకూడదు. అలా కొంత సేవయేసరికి, ఆమె కేరిగోళ్ళు అతని వీపుమీద చర్మంలోకి గాథంగా గుచ్చుకోవటం జరుగుతుంది అనగా ఆవిడ భావప్రాప్తిని పొందుతున్నదని అర్థం. అప్పుడతను ఉద్దేశంతో అంగాన్ని లోనికంటా పోనిచ్చి శుక్రవాహికలద్వారాన్ని తెరచుకోవాలి.

బిడ్డలు లేనివారు అంజనినర్జనాకాలంలో ఈ విధంగా వర్తించటంవల్ల సమవేగాన్ని నాశించి సంతానవంతులవుతారు. ఇతరత్రా శీఘ్రస్కలనమనే నపుంసకత్వాన్ని జయించి నట్టవుతుంది.

ఈ కామశిల్పం తెలియకపోవటంవల్లనే యెన్నో సంసారాలు విఫలమవుతున్నాయి. వైకి మానసికదోషాలున్నట్లు కనిపించినా ప్రధానంగా శిల్పదోషంవల్లనే యేర్పడే ఈ దోషాలను సవరించినతర్వాతకూడా ఇంకా వైఫల్యం కలుగుతూ



A శిశ్నకీర్ణం B కార్పస్ స్పాంజియోసమ్ C కార్పస్ కేహర్నోకమ్
 క్లర్ పెనిస్) E మూత్రవిసర్జకం (ఎజాక్యులేటర్
 యూరినై) F మూత్రస్పీడకం (ట్రాన్సువెర్స్ పెరినై) G లెనేటర్ వనీ
 H స్పింక్టర్ వనీ I పురీష ద్వారం J గ్లూటియల్ కండరం K కొరోనా.

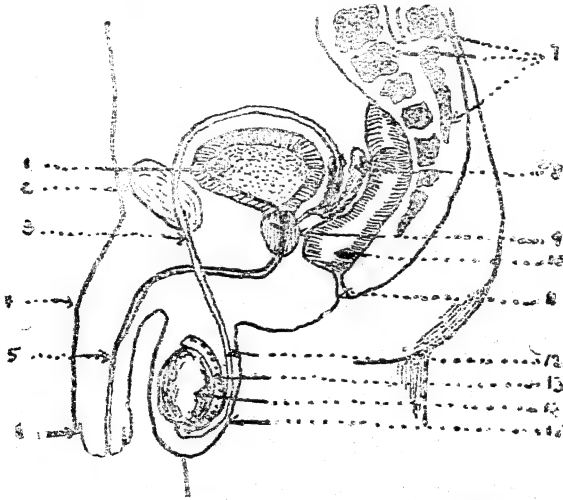
ఉంటే అప్పుడు మానసిక కారణాలగురించి పరిశీలించినట్లయితే రతివై ఘట్టంవల్ల బాధపడే వ్యక్తికి కావలసిన ప్రత్యక్ష ఫలితాలు లభించవు. కనుక మనంచేసే యే సూచనలైనా ప్రయోజనం ఉండదు. రతివై ఘట్టానికి అనుబంధమైన మానసిక కారణాలున్న మాటనిజమే సైకోలాజిస్ట్ల అవిరుజువు అవుతాయికూడా కాని సామూహ్యవ్యక్తులైనారా తమ యీ రతి ఘట్టానికి మానసిక కారణాలన్నా మంటే అంగీకరించదు. పైగా భౌతిక దోషాలను సరిదిద్దకుండా మానసిక దోషాలను సరిదిద్దటం సాధ్యంకాదు. భౌతిక దోషమెప్పుడైతే సవరింపబడిందో, మానసిక దోషాలను సూడా అప్పుడే సరిదిద్దుకోవటానికే అతను అంగీకరిస్తాడు. మరిషి దాంపత్యజీవితంపై ఆవేశానికి ఎంత ప్రభావమున్నదో, దాన్ని ఎలా అదుపులో ఉంచుకోవాలో సిద్ధాంతరీత్యా ఎంతచెప్పినా అతనికి అర్థంకాదు. వానికి ఉన్నది నపుంసకత్వం. ఈ నపుంసకత్వాన్ని పోగొట్టుకుని భర్తగా తన బాధ్యతల్ని ఎలా నిర్వర్తించాలా? అన్న ఆందోళన ఒకటే అతన్ని బాధస్తూ ఉంటుంది కనుక సిద్ధాంతాలను ఉరికి అతనిముందు వలె వేయటానికి బహులు వాటిని మనమే మననంచేసుకుని అతనికి వ్యక్తిగతంగా ఆచరణీయం అయినంత వరకూ మాత్రం చెప్పటం మంచిది.

ఇంతవరకూ మేము చెప్పిన పద్ధతి వేరేవుంది. ఈసారి ఈ భర్త తన అంగశీర్షమునుమాత్రం మేకాక అంగమునుకూడా

సగంవరకూ బీజవాహికలోకి ప్రవేశపెట్టాలి. అంతకన్నా లోతుగా పోనివ్వకూడదని వార్నింగ్ ఇవ్వటం మంచిది. మూడునాలుగు నిమిషాలకు ఒక్కొక్క "స్టోప్" ఇస్తూ వుండాలి. ఆ సమయంలో యెప్పుడయినా స్కలనంజరిగే పరిస్థితులే వస్తే అంగాన్ని బయటకు డివసంహరించటమేమంచిది. మూడు నాలుగు నిమిషాలలో ఆ ఉద్వేగం చల్లబడుతుంది. అంగాన్ని డివసంహరించేటప్పుడ కూడా ఉన్న పొజిషన్ మారనభరలేదు. ఈ పార్శ్వపద్ధతిలోనే పిరుదులు స్వేచ్ఛగా కదిలే అవకాశం ఉంటుందని మరచిపోకూడదు. అంగములో ఉద్వేగం నడలిన తర్వాత తిరిగి ప్రవేశపెట్టాలి.

పెరీనియల్ (పురుషాంగ మూలమునకు దిగువనుండే) కండరాలను నడలించటంద్వారా ఇండియన్ గ్రహాన్ని సాధించవచ్చు. అది యెలా సాధించాలో పేషెంటుకు చెప్పటం అవసరం. అప్పుడతను తనంతతానే వాటిని ప్రయోగించి చూచుకోగలడు. ఇది అభ్యాసంమీద సాధ్యమయ్యే విద్య. ముందు మూత్రాన్ని విసర్జించి ఆ తర్వాత కడబొట్టువరకూ మూత్రాన్ని కండరప్రయోగంద్వారా బయటకు తెమ్మని చెప్పాలి. అప్పుడు అలా తేవటానికి యే పెరీనియల్ కండరాలయితే వినియోగింపబడ్డాయో తనకు లోపల కలుగుతున్న సెన్సేషను ట్టి యేపాటి విద్యావంతుడికైనా అవగతమవుతుంది. ఈ పెరీనియల్ కండరాల్లో వీర్యస్కలనం జరగటానికికూడాదోహదకాదు. వ్రతాయి

స్కలనో జేకం కలగగానే EF కండరాలలో బిగి హెచ్చు
తుంది. దానికి మూత్రాంతరవాహికలోని కండరాల ఒత్తిజే
కారణం. పైగా సన్నని పోట్లు వచ్చినట్లుంటుంది. దీనినిబట్టి
స్కలనానికి ప్రయత్నం జరుగుతున్నదని గ్రహించాలి కనుక
సెంటనే ఇక ఏమూత్రమూ కామప్రేరణ జరగకుండా తన శరీ
రాన్ని నిశ్చలంగా ఉంచి అంగప్రేరణ వానుకూడా అరికట్టాలి.



పురుష జననేంద్రియం (పార్శ్వదృశ్యం)

- 1 మూత్రాశయం 2 యవ్వనశల్యం 3 పీర్వవాహిక 4 కెర్నము 5 మూత్ర
నాళం 6 పూర్వచర్మం 7 వెస్సెముక 8 కుక్రొశం 9 ఉపనతగ్రంథి 10 పురుష
నాళం 11 నులదార్దరం 12 పీర్వవాహిక 13 ఎపిడికిమిస్ 14 పురుషము
15 బీజకోశం

అలా చేయటంవల్ల రతం మరికొంతకాలం కొనసాగే అవకాశం కలుగుతుంది. కొంచెం నోడు తెరచి గాలిని గాఢంగా లోపలికి పీల్చటంవల్ల ఈ కండరాలవిగి సడలుతుంది మరికొద్ది మూత్రాల్లో స్కలనోదేకం తగ్గటంవల్ల తిరిగి రతానికి ఉపక్రమించవచ్చు. అయితే వ్రోగ్ స్త్రీకు కొద్దినిమిషాలు విశ్రాంతి తీసుకోవలెనన్న రహస్యం మరచిపోకూడదు అలా తిరిగి స్కలనోదేకం కలిగేవరకూ సాగించి మళ్ళీ లోగడ చెప్పిన విధానాన్నే అవలంబించి ఉపశమనం పొందాలి. కలయికవలన జంవతులిద్దరూ సంపూర్ణ సంతృప్తిని పొందేవరకూ ఈ పద్ధతినే అనుసరించాలి.

స్కలనసమయంలో ఉదేకాన్ని అరికట్టటంకోసం పెరీనియల్ కండరాలను సడలించమని చెబుతున్నారు. ఎందుచేత బిగించకూడదు?

శాస్త్రవర్జితానంతేని భర్తలందరూ తమకు తెలియకనే స్కలన సమయంలో పొరబాటున ఈ పెరీనియల్ కండరాలను బిగించటం జరుగుతున్నది.

మూత్రం విసర్జించబానికి అవకాశంలేని సమయంలో మూత్రకోశద్వారంమీద ఈ కండరాలనే నొక్కివ్రుంచి ఆపుతున్నట్లే శుక్లాన్నికూడా ఆపుకోవచ్చని వారి అభిప్రాయం. మూత్రమూ, శుక్రమూ పైకి ఒకేనాళంలోంచి వెలువడుతున్నప్పటికీ రెండూ ఒకేసంవిలోలేవు. ఒకేచోటలేవు. కనుక

ఈ కండరాలతో మూత్రాశయవ్యాధ్యాన్ని బంధించలేము. శుక్రకోశాలు, మూత్రాశయమూ దేవికది స్వతంత్రంగా తమమతస్థిమూలంతో ఉంటాయని చేరిన పేజీలోని తీవ్రతలను చూస్తే మీకే తెలియగలదు. వైగా ఈ కండరాలను బిగించడంవల్ల మూత్రాశయం నొక్కుకుని మనకు ప్రక్కనే ఉన్న శుక్రకోశాల్ని గట్టిగా నొక్కుతుంది గమక తక్షణం స్కలనమయిపోతుంది. ఏ స్కలననిరోధం కోసమయి ఈ ప్రయత్నం చేశారో ఆ స్కలనమే వెంటనే జరిగి సంప్రయోగం వైఖ్యమవుతుంది. కనుక ఈ కండరాలను బిగించటానికి బదులు నడలించటం నేర్చుకోవాలి. అప్పుడే ఇండియనిగ్రహం సాధ్యమవుతుంది.

ఈత తెలియనివాడికి దాంపత్యవిధుల్ని సరిగా నిర్వర్తించటం తెలియనివాడికి పోలికఉంది. ఈత తెలియనివాణ్ని అకస్మాత్తుగా నీళ్ళలో పారెయ్యటం యెలాగో, సంసారయాత్ర సాగించటం తెలియనివాడికి పెళ్ళిచేయటం అలాగ.

ఈత నేర్చుకోదలచినవాడిని క్రమక్రమంగా నడుములోతు నీళ్ళల్లోకి దింపుతాము. అడుగడుగికి కాస్తేవు ఆగి సీరంచు ఉండేభయాన్ని పోగొట్టుకుంటాడు. ఆ భయం పోతే గాని, వైర్యంరాదు. ఆ తర్వాత ఒకముసక వేయించి మునిగినా ఫలవాలేదనిపిస్తాము. ఆ తర్వాత నీళ్ళలోనేవుండి మధ్యమధకాళ్ళు తేలుస్తూ కెక్కలతో నీటిని ఎలా కొట్టాలో చూపి

స్తాము. మొదట్లో రెండఃమూడు బారలు విసిరి అలసిపోయినా క్రమక్రమముగా మరికొన్ని స్ట్రోక్స్ ఎలా కొట్టాలో తెలుసు కుంటాడు. అనగా ఈతకు ఉపక్రమించాడన్నమాటే ఆంతలో అయిపోయిందా! అలాగే వదేవదే ప్రయత్నించి ఏమీ చేత గానివాడే గజఈతగాడవుతాడు. ఎటొచ్చి పిరికితనం పడకూ డదు. అలవాటయినతర్వాత అతను ఈతకోసం ప్రయత్నించ నఖరలేడు. రేష్ గా సీళ్ళల్లోదూకి అప్రయత్నంగానే సీటిలో తేలుతూ ఈదగలడు. అంతకుపూర్వం సీళ్ళంటేనే భయపడే మనిషి కొద్దిరోజుల అభ్యాసంలో గజఈతగాడు కాలేదా? అలాగే పెళ్ళిచేసుకోవలసినవాడుకూడా.

అభిసారిక కార్యాలయానికొచ్చే వేలాది ఉత్తరాలను బట్టి ముప్పయ్యేళ్ళు దాటినవారకూడా వివాహమంటే భయ పడుతున్నటు కనిపిస్తుంది. ఈ భయానికి వారు చిన్నతనంలో అజానంకొద్దీ పాల్పడిన దురభ్యాసాలే కారణమవుతున్నవి. ఆ ఈతగాడి స్థితిని ఆర్థంచేసుకున్నట్లయితే ఈ యువకులు వివా హం చేసుకోవటానికి భయపడవలసిన అవసరంలేదు. ఈతగాడి కయితే ప్రాణభయంవున్నది. వరుడికి ప్రాణభయం లేదుగదా అందుకనే ధైర్యంతో ప్రయత్నించాలి.

మొదటి రెండురకాల ప్రయత్నాలూ ఎలా ఉండాలో ఇంతకుముందే చెప్పకున్నాం. రెండవప్రయత్నంలో అంగ ప్రవేశం సగంకన్నా ఎక్కువ లోతుగా పోకూడదనిగదా

చెప్పుకున్నాం. ఈ రెండవరకం ప్రయత్నంకూడా విజయవంతమయిన తర్వాత మూడవరకం ప్రయత్నంచేయాలి. ప్రవేశమే సగంవరకుచేసి, తాపీగా మూడు సంచనాలను సాగించి నాల్గవ సంచలనంలో పూర్తిగా ప్రవేశించేటట్లు మెల్లగా ప్రయత్నించాలి. ఏమాత్రం ఉద్రేకం ఆపహించినా వెంటనే చల్లార్చుకుంటూ ఉండాలి. గాలిని అధికంగా పీల్చటంద్వారా చల్లార్చుకోవచ్చని ఇదివరకే చెప్పుకున్నాం. ఇలా ప్రవేశ మూడు సంచలనాలకీ ఒకటి చొప్పున కొంతసేపూ ఆ తర్వాత ప్రవేశ సంచలనంలోనూ లోతట్టు చేరేటట్లుగా ప్రయత్నించాలి. దీనితో మొదటి పార్శ్వపద్ధతి జయప్రదమైనట్లే భావించుకోవచ్చు.

రతసమయంలో ఎక్కువకాలం స్తంభనాన్ని నిలుపుకునే శక్తి లేని పుషంట్లకే ఈ చికిత్సాక్రిమంచెప్పినట్లు గ్రహించగోర్తాము.

నేడుకోవటం కష్టంకానిదీ, దంపతులలో భర్తకే యెక్కువ అనుకూలంగా ఉండేవీ అయిన పద్ధతులే ఇప్పుడు చెప్పుకుంటున్నాము.

అందులో రెండవది "ఉపరతం" ఇందులో స్త్రీకే అధిక శ్రమ ఎక్కువ. భార్యయే ఇక్కడ భర్త పాత్రను వహించాలి. పార్శ్వపద్ధతిలో లోగడ చెప్పినట్లుగా ప్రాథమికచర్యలన్నిటినీ ముగించిన తర్వాత జాగ్రత్తగా భార్యను తనపైకి లాక్కుని, భర్త వెల్లకిలా శయనించాలి. ఆమె బోర్లాపడుకునివుంటుంది.

ఉభయులకీ ఈ పద్ధతివల్ల చాలా లాభాలున్నాయి. భర్తపై ఆధిరోహించటంవల్ల భార్యకు తాను గొప్పదాన్నన్న సంతృప్తి కలుగుతుంది. ఆ విధంగా ఆమెలో దాగివున్న పురుషలక్షణాలకు సంతృప్తి కలుగుతుంది. కొద్దికాలంమాత్రమే రతాన్ని సల్పగల భర్తకు తాను శయనించటంవల్ల విశ్రాంతి, తృప్తి, సంతృప్తి కలుగుతాయి. అతని కండలు బిగిసిపోవలసిన అవస్థ వుండదు. ఆయాసంకూడావుండదు. కనుక శీఘ్రస్కలనమయ్యే ప్రమాదంకూడా తొలగిపోతుంది. ఈ పరిస్థితుల్లో భర్త ఎక్కువ నిగ్రహాన్ని చూపించగలిగినప్పటికీకూడా ప్రథమంలోనే లోతుగా అంగాన్ని చొప్పించటం జరిగిందికాదు. మొదట మనం చెప్పుకున్న పార్శ్వపద్ధతిలోవలె శిశ్నశీర్షాన్ని యోనిశీర్షానికి స్పర్శింపజేసి పరిస్థితులు తన అదుపులోకి వచ్చేవరకు వేచిఉండాలి. చేతులు రెండూ కాళీగానే ఉంటాయి. గనుక ఆమె వీపునూ, పిరుదులనూ సంవాహనం చేయాలి. ఈ సంవాహన క్రియ (పిసుకుట)వల్ల భార్యలో ప్రేరణ కలగాలి; ఆ ప్రయోజనాన్ని ఇది సాధించలేకపోయినట్టయితే ఆ ప్రయత్నమంతా వ్యర్థమవుతుంది. మొదట్లో అతి మృదువుగా, తేలికగా కిచకిచలు పెట్టేలా ఉండాలి. అలా కొంతసేపు స్పర్శించటంవల్ల ఆమె చర్మంలో సుఖానుభూతులు కలుగుతాయి. ఆ తర్వాత కొంతసేపు కఠినంగా వుండాలి. మొదట్లో పైనుంచి క్రిందికి ఆ తర్వాత క్రిందనుండి పైకి పిసకటం మంచిది. పిరుదుల

నుండి యోనిప్రాంతానికి యోనిప్రాంతంనుండి పిడుదులకూ
 ఈ సంవాహన కృమాన్ని నడపాలి. అరచేతిని ఆమె పిడుదులపై
 వర్తులాకారంలో త్రిప్పటంద్వారా ఉష్ణాన్ని ప్రట్టించాలి. ముందు
 మృదువుగా ప్రారంభించి క్రమక్రమంగా వేగం పెంచి
 చాలి. ఇక ఆమెకు భావప్రాప్తి కలుగుతుండనగా బన్ను
 రొట్టెలు చేసే పిండిని మర్దించినంత కఠినంగా ఆమె పిడుదులను
 మర్దించటం అవసరం.

కామకేళిలో దంపతులిద్దరూ కొన్ని సంకేతాలను వాడు
 కోవాలి. పార్శ్వపద్ధతిలో తనకు భావప్రాప్తి కలిగే సమ
 యాన్ని భార్య భర్త వీవుపై గోఘృగుచ్చటంద్వారా సూచిం
 చినట్టే ఈ బౌజిషన్ లో ఆమె తన శరీర వేగాన్ని ఎప్పుడు
 పెంచించాలో యెప్పుడు తగ్గించాలో అర్థమయ్యేటటు కొన్ని
 సంకేతాలను సంవాహనవిధిలోనే ఆమెకర్థమయ్యేట్లుచేయాలి
 ఇది ఉభయకుశలోపరి. శరీరాన్ని కదిలించే బాధ్యతను భార్యయే
 వహించింది. కనుక తన యోనిశీరానికి ఒరపికి తగిలేటటు
 వర్తించే బాధ్యతకూడా ఆమెయే వహించుకోవాలి. ప్రథమ
 ప్రాయత్నం ఈ విధంగా విజయవంతమయితే తర్వాత ప్రాయ
 త్నాల్లో పురుషాంగం మరికొంత లోతుగా చొచ్చేలా కృత
 క్రమంగా ప్రయత్నించవచ్చు. ఉభయల పరిస్థితులకూ సాక
 ల్యంగా అవలోకించిన తర్వాతగాని నిర్నయాలకు రాకూడదు.

ఈ విధంగా ఈ పద్ధతి సంప్రయోగంలో పురుషుడు

పరిణితిని సంపాదించిన తర్వాత మరొకడుగు ముందుకు వేయాలి
 ఉపరత విధానంలోనే తానింతవరకు నిశ్చలంగా ఉండే విధా
 నాన్ని వరునికి చెప్పాము. ఇంతవరకు శరీరం కదలికలు తగు
 మాత్రంగానే ఉన్నాయి. ఈసారి అతను సాధించదగిన మరో
 ప్రయత్నాన్ని చెపుతున్నాము. తన తొడలను రెండూ సన్ని
 హితంగా చేర్చుకుని పిడుదుల్ని పైకి తగుమాత్రంగా లేవ
 నెత్తి (చేతులపయి ఆనకూడదు) నడుమును ఒకపై పునుంచి
 మరొకపై పుకు కదిలించాలి. ఆమెకూడా ఇదే విధంగా తన
 నడుమును ఇటూ అటూ కదిలించవలసి వుంటుంది. కుక్క
 తోకాడించినట్లు అర్థచంద్రాకారంలో ఉభయలూ తమ శరీ
 రాలను కదిలించటంవల్ల సంప్రయోగం పరాకాష్ఠకొస్తుంది.
 ఈ సంచలనాలుకూడా మెల్లమెల్లగా ప్రారంభంకావాలి. ప్రతి
 సంచలనం తర్వాత కొన్ని నిమిషాలు విరామం వుండాలి. యీ
 పద్ధతిని దంపతులిద్దరూ ఒకేకాలమందు అనుసరించాలి. తన
 భార్య ఎప్పుడయినా ఉద్వేగంతో ఉపక్రమించవలసివచ్చి
 నప్పుడు చూపుకు వేలికి బాటసవ్రేలికి మధ్య ఆమె పిరుదుల్ని
 పట్టి తనపై పు లాక్కోవాలి. అప్పుడామె శరీరం తనంతతాను
 గానే పైకి లేస్తుంది. ఆమె పిరుదులమీద ఆరచేతుల్నుంచి
 అవసరమయినప్పుడు తన శరీరానికి నొక్కుకోవచ్చును. భర్త
 తన పిరుదులకింద తలగడాను ఉంచటంవల్ల ఉభయల జన
 నాంగాలూ మరింత సన్నిహితంగా ఉంటాయి.

సంప్రయోగం జరుపగలగల కావాలంటే పరస్పర సహకారంతో ఒకే లయలో మెల్లగా కదలికల్ని కొనసాగించాలి. మొదట్లో ప్రోటోటైప్ తర్వాత యెక్కువ విరామాన్ని తీసుకోవాలి ఆ తర్వాత క్రమక్రమంగా ఈ విరామాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు. తగినంత వ్యవధిలేకుండానే వీర్యస్కలనం జరిగే పరిస్థితులు ఏర్పడవ్వకు తన గోళను భార్య పిడుదులలో గుచ్చటం ద్వారా వేగ్న తగ్గించమని చూచించవచ్చు. ఇలాంటి సంతకేత పరిభాషకు వీరిరువురూ ఏర్పాటుచేసుకోవాలి. లేదా ఆమని చెప్పవచ్చు అం లస్థితిని మార్చకుండానే కొన్ని నిమిషాలపాటు కెస్టుతీసుకోవచ్చు. అప్పుడే స్వచ్ఛమైన గాలిని భర్త గాఢంగా పీల్చాలి. ఇలా గాలి పీల్చటం కొత్తలో సాధ్యం కాదు. కండరాలన్నీ కుంచించుకుని ఉండటమే కారణం. కాని, అభ్యాసంమీద ఇదికూడా సాగి మొత్తం శరీరమే విశ్రాంతి పొందే స్థితి రాగలుగుతుంది. తద్వారా రక్తప్రసరణ చక్కగా జరుగుతుంది శరీర వ్యాయామం చేసేవారుకూడా ఇలాగే ముందుగా దమ్ముపట్టి వ్యాయామం చేశారు. దానివల్ల కండరాలకు గాలికూడా కొంత సహాయకారి కాగలుగుతుందని ఛార్లెస్ డార్విన్, జాక్సన్ పిడింట్లు వ్రాశారు. నోటినికూడా బిగించటం అవసరమన్నాడు ఉపితిత్తుల్ని తగినంతగా గాలితో నింపకపోవటంవల్లనే దంపతులలో భర్తకు యెక్కువ నష్టం వుంది. శరీరవ్యాయామం చెయ్యని భర్తలే విఫలులవుతున్నా

రన్న సత్యాన్ని కూడా జ్ఞాపకముంచుకోండి. అయితే రతికి శరీరవ్యాయామానికి శేడాఉంది. రతి పరాకాష్ఠకొచ్చినప్పుడే కండరాలన్నీ ఒక్కసారి కుంచించుకోవటం జరుగుతుంది. శరీర వ్యాయామంలో అనుక్షణమూ ఈ విధమైన కండర సంకోచ వ్యాయోచాలుంటాయి. అయినప్పటికీ రతిలోకూడా దమ్ముప్పటం అవసరం. తాను గాలిని గాఢంగా లోపలికి పీల్చుకునేటప్పుడు చప్పుడు వినబడకూడదు. అది చాలా అసహ్యంగా వుంటుంది.

వై సతవిధానాలు

ఈసారి 'వై సత' మనే విధానంగరించి చెప్పకుండా దీనికి "పశుబంధ"మని మరో పేరుఉంది. ఇంగ్లీషులో దీనిని A Tergo method అంటారు. ఇది వెనుకనుంచి పశువుల పద్ధతిలో అనుష్ఠించు విధానమని గుర్తించండి ఈ విధానం సీగోజాతు లన్నింటికీ సర్వసామాన్యమైనది. వారి అంగనిర్మాణంకూడా దానికి అనుకూలంగా వుంది. శీఘ్రస్కలనం వున్న వారు, భర్త అంగప్రమాణం అధికంగా ఉండటంవల్ల భార్యకు తాద కలిగేటప్పుడు ఈ విధానాన్ని అనుసరించటం మంచిది. ఏ విధమైన అలసటా శరీరానికి కలగకుండా కడలికల్పి యీ విధానంలో సాధించవచ్చు. నవమాసాలు నిండిన ఇల్లాలితో కూడా భర్త ఈ పద్ధతిలో కలియవచ్చని వాన్ డి నెల్లీ చెప్పాడు.

భార్య అంగవ్రతముగా యెక్కువగా ఉన్నట్లయితే ఈ పద్ధతి ఆమెకు సంతృప్తి నిచ్చకపోవచ్చు. లేక యోనిశీర్షం యెక్కువ నిశితంగాగల స్త్రీలుకూడా తమ భర్తలు ఈ విధానాన్ని అనుసరించటానికి ఇష్టపడకపోవచ్చును. కాని కొందరి స్త్రీలకు ఇది యెక్కువ ఆప్యాయంగా వుంటుంది. సాధారణంగా యెవరూ గుర్తించని కామ కేంద్రం స్త్రీలో ఒకటున్నది అది కొండలో తీవ్రంగా ఉంటుంది. అదే మూత్రాద్వారం. మూత్రాద్వారానికి కూడా కామప్రేరణశక్తి యెక్కువగా వుంటుందని ఫ్రాన్సిస్ వర్గం పేర్కొన్నప్పటికీ తరువాత పరిశోధకులు స్త్రీ పరిపూర్ణ కామజీవితానికి ఈ అంగంకూడా బయటకుంచి ప్రేరణపొందవలసిన అవసరంవుందని గుర్తించలేకపోయారు. స్త్రీలు ఈ 'వైవత' విధానాన్ని యెక్కువగా హర్షించటానికిదే కారణం. గరుత్మంతుని తల్లి "వివత" ఈ విధానాన్ని కనిపెట్టింది. ఇక దీనిని అనుసరించదగిన విధం చెప్పకుండాం.

డంపతులిద్దరూ కుడిచేతివైపు ఒదిగి పడుకుంటారు. భార్య ముందే ఉంటుంది. ఇద్దరూ ఒకరినొకరు సన్నిహితంగా హత్తుకుంటారు కుడిచేతిమీదనే పడుకోవాలని ఎందుకన్నామంటే సాధారణంగా ప్రకృతి ఒదిగి పడుకున్నప్పుడంతా అదే వైపు తిరిగి పడుకుంటారు గనుక ఎడమవైపు తిరిగి పడుకున్నట్లయితే గుండె కొట్టుకుంటున్నచప్పుడు ఎక్కువయి అసలే సుగరి భర్తని మరింత ఇబ్బంది పెడుతుంది. కనుకనే కుడిచేతి

వైపు తిరిగి పడుకోవాలన్నాము. అప్పుడామె తన శృష్టాన్ని వెనక్కి నంచీ, తను ముందుకు వంగుతుంది. కుడికాలు చాపి ఎడమకాలును వదులుగా ఎత్తుతుంది. భర కూడా ఆలాగే కాళ్ళను అమద్చుకోవాలి. అతను కొంచెం బాగా ముందుకు పిరిగి ఆమె శృష్టంపై ఆనుకోవాలి. అలా ఒడుగుతున్నప్పుడే పురుషాంగం ఆమె జననేంద్రియపు బాహ్యధరాలను స్పర్శించాలి. అలా స్పర్శించటానికి వీలుగా ఉభయూ అటూ ఇటూ జరిగి అవసరమయిన చిన్నచిన్న సర్దుబాటుల్ని చేసుకోవాలి. ఆంతమాత్రాని ఆమెలో ఆదుర్దాగాని అతనిలో ఆత్మ ధికోద్యేకంగాని అంకురించవు, ఈ విధంగా సంసిద్ధతను ఏర్పరచుకున్న భర్తకు స్తైర్యం కలుగుతుంది. నిశ్చలంగా ఆలాగే 5-10 నిమిషాలుపాటు భర్త నిగ్రహించుకోవాలి. యోని ప్రాంతంలో ఉన్న మృదువైన చర్మస్పర్శవల్ల జననాంగంలో కలిగే ఏ ఒత్తిడయినా ఈ బాహ్యంవల్ల చల్లారుతుంది. ఆమె పిడుదులమధ్యకు ఎడమచేతినిపోనిచ్చి యోనిశీర్షమును ప్రేరేపించాలి. ఆ తర్వాత అట్టి ప్రేరణవల్ల యోని అధరాలలో మరి కొంత అంగప్రవేశానికి అనువయిసట్లుగా బారుడుపదార్థాలు విడుదల అయ్యాయోలేదో స్పర్శించి తెలుసుకోవాలి.

అట్టి విడుదల జరిగినప్పుడు మరికొంత ప్రవేశాన్ని సాధించవచ్చును. అయినా యోనికుహరాన్ని దాటిపోనివ్వకూడదు. ఒకవంక అంగప్రవేశం జరుగుతుండగానే తన ఎడమ

చేతి చూపుడువేలితో ఆమె యోనిశీర్షమును మెల్ల గాతట్టాలి
ఇంకా పురుషాంగం బీజవాహికలోకి పూర్తిగా ప్రవేశించలేదు
గనుక శరీరం కదలికల్ని ప్రారంభించకూడదు, అలా ప్రారం
భించినట్లయితే అంగం ప్రక్కకి జారిపోవటం జరుగుతుంది.
ఇలా అయిదునిమిషమాలపాటు విశ్రాంతి తీసుకున్నాక మరికొంత
లోతుగా చొప్పించాలి.

ఈ విధంగా బీజవాహిక మధ్యేమార్గంగా అంగశీర్షాన్ని
నిశ్చలంగా భర్త ఉంచినప్పుడు భార్యకు దుస్సహమవుతుంది.
గనుక ఆమె తనంత తానే సిగ్గుపడిచి తన పృష్ఠభాగాన్ని ము
ందుకు వెనక్కి కదలిస్తుంది తర్వాతా ఇంచుమించు మూటికి
రెండువంతులు పురుషాంగం బీజవాహికలోకి చొచ్చుకుపో
తుంది. అట్టి అంగాన్ని అన్యత్రా శిక్షణ పొందితేనేగాని
సాధ్యంకానివిధంగా యోని కండరాలు గట్టిగా కదులుకుంటా
యి. బీజవాహికలోని ఉత్పత్తిభాగాలను ఒత్తుకుంటూ పురుషాం
గం కదలటంవల్ల అక్కడ ఉద్దేకస్థాయిపొచ్చి ఆమె సుఖ
నిశ్వాసాల్ని విడుస్తుంది. యోనిశీర్షపు మూలాన్నీ, బీజవాహిక
వెనుక గోడల్ని పురుషాంగం ఒత్తడంవల్ల ఆమె మూత్రనాళం
ప్రేరేపించబడుతుంది ఈ అవకాశం ఇతర ఆసనాలలో వుం
డదు. ఒక్క వై నతాసనంలోనే ఈ సుఖం ఉన్నందున స్త్రీ
లెక్కువగా దీనికి మోజుపడతారు.

దీనినే Urethral Erotism అంటారు. స్త్రీలో కామో

ధృతం ఇట్టి ప్రేరణలోనే కనిపిస్తుంది. ఇతరతాగ్రానిదాగ్రానంగానే ఉంటుందని చెప్పాలి. ఇలా విజృంభించినప్పుడు ఆమె కామా వేశానికి హద్దు అపూ వుండదు.

రజస్వలయితర్వాత యవ్వనం అంకురిస్తున్న రోజుల్లో అనగా 12-15 సం||ల మధ్య వయస్సులో ఆడపిల్లలకు తొలి సారి ఈ మూత్రవాహికలో ప్రేరణ అనుభవమవుతుంది. తెలిసో తెలియకో ఆ అంగాన్ని స్పర్శించగానే మూత్రవాహిక లోపలినాడులు కరేలుమంటాయి. ఆమెలో కామానుభూతులు ప్రకోపిస్తాయి కనుక యోనిశీర్షం స్పర్శతో నిమిత్తం లేకుండానే ఆమె కామాద్రేకాన్ని పొందగలుగుతుంది. ప్రయాణాల్లోనూ పేరంటాల్లోనూ మూత్రవిక్షర్జనకు అవకాశం లేనప్పుడు ఆడవారు మూత్రాశయాన్ని మూత్రంతో నొక్కి పడతారు అప్పుడే ఈ మూత్రనాళంలో కృత్రిమంగా కామ ప్రేరణ కలుగుతుంది. మూత్రం బయటకు రాకుండా మూత్రనాళాన్ని నొక్కిపట్టటంవల్ల మూత్రనాళంలో ఆకస్మిక కండర సంకోచం (spasm) కలిగి మూత్రనాళంలో విచిత్రానుభూతుల్ని ప్రేరేపిస్తుంది. అవే కామానుభూతులవుతాయి.

ఆ స్త్రీలకు వివాహమయిన తర్వాత నిత్య సంసారజీవితంలో ఈ విధమైన ప్రేరణకు అవకాశం ఉండదు. కానీ యే కారణంవల్లనైనా దిన్ననాటి ఈ అనుభూతులు తిరిగి ప్రకోపించటం జరిగితే ఆ స్త్రీలోని కామయంత్రాంగమంతా ఒక్క

సారి మేల్కొంటుంది. ఈ రకమైన ప్రయోగంలో భర్త యీ దశకు వచ్చినతర్వాత శీఘ్రస్థలనంకూడా నిగ్రహించుకోవాలి. కనీసం నాలుగైదు నిమిషాలన్నా తన కదలికల విషయములో జాగ్రత్త చూపాలి. ఆమె రతివేగం హెచ్చించమని ఒత్తిడి చేసినప్పటికీ తాను తొందరపడకూడదు. ఇదే అతనికి పరీక్షాసమయం. కొద్దిక్షణాలపాటు కండరాలవట్టు సడలించుకొని విశ్రాంతి తీసుకున్నట్టయితే స్కలించవలసిన ఒత్తిడితప్పిపోతుంది. ఆ తర్వాత ఆమెను పూర్తిగా సంతుప్తిపరచి, తానున్నా సంతుప్తి పడగలడు.

ఏ పరిస్థితులలోనూ "వేగం" హెచ్చించకూడదు, స్ట్రోక్కు విషయంలో రెండుమూడు అంగుళాలకుమించి ముందు వెనుకలకు పోకూడదు. ఈ విధానాన్ని అభ్యసించే తొలిరోజుల్లో ప్రతి స్ట్రోకునూ సాధ్యమైనంత ఆలస్యంగా నెమ్మదిగా ఇవ్వాలి. పూర్తి స్ట్రోక ను ఎప్పుడూ ఇవ్వకూడదు ప్రతీస్ట్రోక్కి రెండుమూడు నిమిషాలు విరామమివ్వాలి క్రమంగా విరామం అఖిలేకుండానే కదలిక వేగం హెచ్చించే నైపుణ్యం అలవడుతుంది ఎప్పుడు ఏ సమయంలో ఈ విరామంను హెచ్చించాలో, ఎప్పుడు వేగం హెచ్చించాలో దానికదే అర్థమవుతుంది. కొద్దికొద్ది విరామాలతో కొన్ని సంచలనాలు సాధించిన తర్వాత పదినిముషాలు విశ్రాంతి తీసుకుని, తిరిగి ఉపక్రమించవచ్చు. ఈ విధంగా నిగ్రహించుకుని సంప్రయోగాన్ని

కొనసాగిస్తూ చేసే ప్రయత్నములవల్ల అంగకాఠిన్యం ఎక్కువై తాను చల్లారేలోపుగా తన ఇల్లాలికి పూర్తిగా భావప్రాప్తి కలిగించగలుగుతాడు.

“వై నతాననం” ద్వారా భార్య మూత్రనాళప్రేరణను ప్రేరేపించి తరచు కలిగిస్తూ ఉండవలసిన అవసరాన్ని విధిగా గుర్తించండి. ఈ ఆంగంలో (స్త్రీ మూత్రనాళం) కలిగే కామ ప్రేరణ చల్లారకపోవటంవల్లనే చాలారకాలయిన మూత్ర వ్యాధులు స్త్రీలకు సంక్రమిస్తాయని వైద్యశాస్త్రం చెబుతోంది కావున ఈ విషయాన్ని భర్తలు ఒక హెచ్చరికగా భావించాలి సంసారస్త్రీల జడత్వానికిడికూడా కారణమే.

భార్యలో అంతర్గతంగా ఉన్న మూత్రనాళవాంఛల్ని ప్రేరేపించి సంతుప్తివరచే అతిముఖ్యమైన విధానాన్ని ఇప్పుడు చెప్పుకుందాం. ప్రాథమికప్రేరణ సమయంలో భర్త ఆమె యోనిశీర్షాన్ని ప్రేరేపిస్తున్నప్పుడు (దీనికే “నాడీక్షోభన” మని పేరు). తన చూపుడువేగిని యోనిశీర్షంమీంచి యోనిప్రక్క అంచు అడుగువరకు గట్టిగా హత్తుతూ నడిపించాలి. ఆ తరువాత అక్కడనుంచి రెండవవైపున హత్తుతూ యోనిశీర్షానికి చేర్చాలి. ఆ తర్వాత సూటిగా పైనుంచి అడుక్కి కదిలించాలి ఇలా కొద్దిక్షణాల వేగిని ఆడించటంవల్ల ఆమె మూత్రనాళ ప్రేరణ ఉపశమనమిస్తుంది. వేగికి గోరు ఉండకూడదు. యీ విధానం ఆభ్యాసంమీద సుగమమవుతుంది. యోనిశీర్ష షోభన

కాలంలోనే మూర్ఖనాశక్షోభనకూడా అవటంవల్ల ఆమెకు కూడా ఎబ్బెట్టుగా ఉండదు.

ఈ వై నతానందంలో ఇ చుమించు మొదటినుంచి చివరి దాకా నాడీక్షోభనం జరుగుతూనే వుండాలి. కనుక యోలో వుండే బార్థోలీన్ ద్రవం చాలదు. పురుషాంగచర్మమునుకప్పడానికి అది సహాయపడుతుంది. గనుక కృత్రిమ జారుడు పదార్థాలను వినియోగించవలసివస్తుంది. లూబ్రికేటింగ్ జెల్లీస్ (జెకజెల్లీ) బజారులో దొరుకుతాయి. బార్థోలీన్ ద్రవ్యానికి ప్రత్యామ్నాయంగా యీ జెల్లీని యోనిశీర్షానికి వట్టించడంయంచిది. చాలా మంది డాక్టర్లు ఇదే సూచిస్తారు.

వై నతానందాన్ని అనురదించటంవల్ల చాలా లాభాలున్నాయి. కేవలం నాడీక్షోభనంలోనే నిమగ్నం కావటానికి బదులు చూచుకొని ఖోభనానికికూడా ఉపక్రమించవచ్చు. చూచుకొములు (చనుమొనలు) కూడా స్త్రీలు కామకేంద్రాలన్న సంగతి మరచిపోక డి రెండుచేతులతోనూ ఆమె నగ్నతనా సౌందర్యాన్ని మృదువుగా స్పర్శించే అవకాశంకూడా వుంది. అయినా యీ విధానంలో భార్యకు భావప్రసాదం కలగాలంటే విధిగా నాడీక్షోభనంచేయాలి. యోనిశీర్ష ప్రేరణకు స్త్రీలంతా ఒకేవిధంగా రియాక్టుకాదు. కనుక తన ఇల్లాలి మనోభీష్టానికి అనుకూలంగానే ఈ విషయంలోకూడా భర్త ప్రవర్తించాలి. కొత్తకొత్త ప్రయోగాలద్వారా ఆమె మనస్తత్వం

క్రమముతో అతని అర్థమవుతుంది.

లోకసామాన్యగుణం గురించి న్యాయంగా ముందు చెప్పకోవాలి. అలా చెప్పకోవటంమాని, సంప్రయోగ సామర్థ్యం లభించే ఇతర విధానాలగురించి ఇంతవరకు చెప్పకున్నాం సాధారణంగా ప్రథమ కలయికతోనే యువప్రపంచమంతా ఈ సామాన్యవిధానాన్ని అనుసరిస్తూ ఉంటుంది. ఇదే అండరిస్ తేలికగా కనిపించినప్పటికీ, ఈ విధానంలో ఉన్న ఇబ్బందులవల్ల ఆచరణలో యువకులంతా తొలప్రియత్నంలోనే విఫలమయి పోతూఉంటారు. శాస్త్రప్రజ్ఞానంలేని వేలాది యువకులు నేటికీ ఈ విధానంవల్ల రతివైఘ్యంబొంది నిరాశతో కృంగిపోతూనే వున్నారు.

ఈసారి ఈ ఆసీన విధానాన్ని గురించి విపులంగా చర్చించుకుందాము. దీనికే ఉద్ధాన ఆననమనికూడా పేరు. భార్యకెల్ల కిలా పరుండి, తొడల్ని విడమరచి, మోకాళ్ళను ముడిచివేచి వుంటుంది. భర్త ఆమెపై పరుండి ఆమె బాహుబంధాలలో చిక్కుకుని అనుష్ఠిస్తాడు. అతనే అంగప్రవేశాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. సాధారణంగా భర్త తన శరీరపు బరువంతాఆమె శరీరంమీద మోపుతాడు అది తప్పు తన మోకాళ్ళమీద ఆనుకోవాలి ఇదే చాలా కష్టం. అనుభవంలేని వరులు ఇక్కడే దెబ్బతింటారు. ఈ విధంగా మోకాళ్ళవయినా, మోచేతుల పైనా బలమంతాఆనుకోవటంవల్ల అతనిశరీరంలోని "టెన్షన్"

యెక్కువవుతుంది. శుక్రకోశాలను చుట్టికేన్న కండరాలుకూడా బిగిసి పిత్తిడిచేయటంవల్ల శీఘ్రస్కలనమైపోతుంది. అలాకాక బరువువలనూ భార్యమీదనే మోపిసట్టయితే ఆమెకండరాలు మరింత బిగిసి సులువుగా భావప్రాప్తిని పొందదు. కనుక ఈ విధానం ఉభయులకూ శ్రేయస్కరం కాదని మా ఆభిప్రాయం అంటే, అసలే యీ విధానాన్ని వాడకూడదని మా ఆభిప్రాయంకాదు. దీనితోనే ప్రారంభించకూడదు

ఏ విధానాన్ని అవలంబించినా భర్తముందు ఇంద్రియ నిగ్రహాన్ని సాధించాలి. మూత్రం విసర్జించకుండా ఏ విధంగా కండరాలతో బిగబట్టి ఉంచుతామో అదేవిధంగా శుక్రం విసర్జించకుండా కండరాలతో పట్టిఉంచాలి. ఈ విద్య అభ్యాసం మీద వస్తుంది.

అయితే మొదటి మూడు పద్ధతులలోనూ మేమిచ్చిన నూచనల్ని నిపుణంగా అచయజరిపి సామర్థ్యతను ప్రదర్శించిన తర్వాత ఈ నాల్గవపద్ధతిని (ఉద్ధానము) ఆచరించటం తేలికే. అయితే యెటొచ్చీ ఈ విధానంలోకూడా మేమిచ్చే నూచనల్ని అనుసరించాలి. పార్శ్వపద్ధతినే చాలాసేపు అనుసరించి అందులో నిగ్రహించుకున్నాక ఈ ఉద్ధానపద్ధతికి పరివర్తించుకోవాలి. పక్కవాటుగా పడున్న ఆమెను వెల్లకిలా దొర్లిస్తూ తానుకూడా అదే సమయంలో ఉపవేస్తున్నవ్వాలి. ఆమెనుదుటి పయిగాని, బుగ్గలపయిగాని స్పర్శమూత్రంగా తన పెవాలను

మోషి, తన రెండుకాళ్ళమీదా, ఎడమమోచేతిమీదా తన శరీరభారాన్ని మోపుకోవాలి. అప్పుడు అతని శరీరభారం ఆమె శరీరంమీద ఆనదు, అలా ఆనటానికి వీల్లేదు. అవసరమైతే రెండు మోచేతులయినా ఆనుకోవచ్చు. ఈ సమయంలో ఆమె పెదాలను చుంబించకూడదు. అట్లా చుంబించటంవల్ల శారీరిక ఉద్రేకం హెచ్చి శీఘ్రస్కలనమయే అవకాశంఉంది. చిన్న తలగడాను ఆమె పిరుదులక్రింద వుంచినట్లయితే యోనిముఖం వికసించి, అంగప్రవేశం తేలికవుతుంది. ఈ దశలో దంపతు లెవరుగాని శరీర సంచలనానికి ఉపక్రమించకూడదు. తన శరీర భారాన్ని మోస్తున్న కారణంగా ఏ మోచేయైనా అలసిపోతే తన బరువును రెండవ మోచేతిమీదకి మార్చుకోవచ్చు యీ ఉద్దానప్రక్రియలో తన భార్య అనుభూతులన్నీ స్పష్టంగా గ్రహించడానికి అవకాశముంటుంది. అప్పుడు అవసరమైనంత ముందుకు జరిగి సుమారుగా అంగుళం లోతువరకు అంగప్రవేశం చేసి, నిశ్చలంగా కొద్దినిముషాలపాటు ఉండాలి. ఇలా వేచి వుండటంవల్ల బీజవాహికా వాతావరణానికి పురుషాంగం ఆయుత్తమవుతుంది. ఇలా దాదాపు పదినిముషాలపాటు వేచిఉన్నాక క్రమక్రమంగా బీజవాహికలోతుల్లోకి అంగప్రవేశాన్ని సాధించవచ్చు.

దశలవారీగా ఈ క్రమపద్ధతి అనుసరించటంవల్ల భర్తకు సైర్యం వస్తుంది. అప్పుడు తన దృఢాంగంలో బీజవాహికకు

అఘాతాలను (Strokes) ప్రారంభించవచ్చు మొదట్లో నాల్గవ వంతు లోతు అఘాతాలనే అనుసరించాలి. కొంతసేపు సగం వరకు, ఆ తర్వాత మూడువంతులవరకు ఆ తర్వాతసంపూర్తిగా నూ అఘాతాలు సాగించవచ్చు.

తనకు తగినంత ధైర్యం లేకపోయినా, భయంవేసినా, అంగశీర్షం యోని కుహరంలో నిలిచేటంతవరకు ఉపసంహరించుకుని, తిరిగి అక్కడనుంచే ప్రారంభించటం మంచిది. ఈ విధంగా పూర్తి నిగ్రహాన్ని సాధించిన తర్వాత కొంతసేపు ప్రణయచేష్టలతో ఆనందించవచ్చును నాలుగైదు పూర్తి అఘాతాల నిచ్చిన తర్వాత అంగాన్ని పూర్తిగా ఉపసంహరించుకుని యొక్కువ సేపు అలసట తీర్చుకోవాలి. ఆ తర్వాత తన రెండు మోచేతులపైన బరువు ఆనుకుని ఆమెపై ఏమాత్రం ఒత్తిడి లేకుండా ఉండేటట్టు చూసుకోవాలి. అక్కడ అంచెల వారీగా లోతుల్లోకి క్రమక్రమంగా ప్రవేశ పెట్టాలి. అక్కడే వుంచి విశ్రాంతి తీసుకున్న తర్వాత తిరిగి పూర్తిగా ఉపసంహరించి అంగశీర్షంచే యోనిశీర్షాన్ని తాడించాలి. మధ్యమధ్యే ఉల్లాసంగా కబుర్లు చెప్పుకుంటూ ఉండాలి. ఈ విధంగా యీ విధానంలో జయప్రదమయ్యే అవకాశంఉంది.

స్త్రీల తొందరపాటు

ముఖ్యంగా స్త్రీలలో తొందరపాటుకువ, సమస్త మూ

తొందరగా ముగియాలని చారు ఆదుర్దాపడతారు. అది ఉభయలకు మంచిదికాదు. తొందరగా ఆఘాతాలు కొనసాగించటంవల్ల ఉద్వేగం హెచ్చి భర్తకు శీఘ్రస్కలనం జరుగుతుంది పురుషాంగంతో యోనిశీర్షానికి సంతృప్తికరమయిన స్పర్శ సుఖం కలగాలంటే యెక్కువ విరామంతో కూడిన ఆఘాతాలు క్రమబద్ధంగా జరగాలి.

ఈ సత్వం చాలామంది యువతీయువకులకు తెలియదు. సంప్రయోగం చేస్తున్న జంతువుల వేగంచూచి, అదేవిధంగా మనుష్యులుకూడా ప్రవర్తించాలేమోనన్న చొరబాటు అభిప్రాయం వాటికి కలుగుతుంది. వాటిలో ఆ ఉద్వేగంగాని, తొందరపాటుగాని శత్రుభయంవల్లనే కలుగుతుంది. ఆ సమయంలో తమజాతి శత్రువులు వాటికి అపకారం చేయ్యవచ్చు గనుక సాధ్యమయినంత తొందరగా ఈ సృష్టికార్యాన్ని అవి ముగించవలసివుంటుంది. రహస్యంగా పరపురుషునితోనో, పరకాంతలతోనో సంబంధం పెట్టుకున్న శ్రీ పురుషుల్లోకూడా యీ రకమయిన భయం. ఆదుర్దా ఉండటం సహజం కనుకనే అట్టి కలయికలు యెల్లప్పుడూ విఫలమవుతూనే ఉంటాయి. అలాంటి సంఘటనలు ప్రాప్తించినప్పుడే పురుషుడికికూడా తన పురుషత్వంమీద అపనమ్మకం కలగవచ్చు. అలాకలిగిన ఉదంతాలన్నో వున్నాయి. అందుకే వ్యభిచారంవల్ల దేశానికి అరిష్టంమాట యెలాఉన్నా పురుషుడి పుంసత్వమే శిక్షింపబడు

తుంది గనుక వ్యభిచారం పనికిరాదని చెప్పటం అదే పరిస్థితిలో సంప్రయోగానికి సిద్ధపడిన శ్రీకీకూడా కామశాంతిగాని మనశ్శాంతిగాని లభించవు.

కొందరు భార్యాభర్తలకే యిలాంటి అవస్థలు వస్తూంటాయి. ఇంట్లోవాళ్ళేమి అనుకుంటారో, లేక ఏ తబ్బుకున్నంలోంచి చూస్తారో, విసుక్కుంటారో అన్న ఆందోళన కలగవచ్చు. ఆ దంపతులకు ప్రత్యేకం గది లేకపోవచ్చు. తగినంత మదుగులేకపోవచ్చు. అలాంటప్పుడు కూడా వారు ఆదుర్దాపడటం త్వరత్వరగా ముగించుకోవాలని తాపత్రయపడటం జరుగుతుంది. ఇది తప్పు. పరిస్థితులను మార్చుకుని ప్రత్యేక ఏకాంతంలో కులాసాగా, తాపీగా గడపాలేగాని కంకారుగా ముగించకూడదు.

ఒక్కొక్కప్పుడు యెక్కువకాలం నిగ్రిహంవల్ల భర్తకు కూడా ఉద్వేగం హెచ్చవచ్చు. అలాంటప్పుడు ఆంతరంగిక ఉద్వేగం తుఫానుకు తన అంగం తట్టుకునే స్థితిలో లేదని తెలియగానే ఆ యువకుడు తన శరీరాన్ని వెనక్కి కదపనంపించుకుని తన అంగశీర్షం చేత తన భార్య యోనిశీర్షాన్ని తాడించటం మంచిది. ఈ విధమయిన అల్ప ఆఘాతాలద్వారా ఆమెకు భావప్రాప్తిని నులువుగా కలిగించవచ్చును. అప్పటికి నిగ్రిహం సాధ్యమవుతుంది. రంగభయం (Stage Fright) కూడా తొలగి గుండెనిబ్బరం వస్తుంది. ఆ తర్వాత ధైర్యంతో తిరిగి

ఉపక్రిమించవచ్చు. ఈసారి ఆఘాతాలను తగు విరామంతో నిదానంగా స్థిమితంగా యివ్వగలుగుతాడు. ఉదేకం పరాకాష్టకొచ్చినప్పుడు యెలా తప్పించుకోవాలో అతనికిప్పుడు తెలిసింది. అనుభవమే పరిపూర్ణత నిస్తుందని సామెత. అట్టి ఆనుభవంవల్లనే, పరిస్థితులను తన అదుపులోకి తెచ్చుకోగలుగుతాడు. తనకు బుద్ధిశ్రుట్టినప్పుడు ఆఘాతాలను లోతుగా కన్నూ తన భార్యను సంపూర్ణంగా సంతృప్తి పరచగలడు.

ఉత్తాన విధానం (Woman Supine) లో సంపూర్ణ యోగం సాధించే క్రియం భర్తయే భార్యకు నేర్చుకోవాలి. ఈ విధానంలో ఆమె నిర్వర్తించవలసిన పద్ధతులున్నాయి. ఏమాలిం నేర్చినా ఆమె తగిన పైపుణ్యాన్ని ప్రదర్శించగలదు పురుషాంగం కొంతవరకు ప్రవేశించినతర్వాత ఆమెను తన పిరుదులను వర్తులాకారంలో కదిలించమని చెప్పాలి. ఈ నూచనని ఆమె బేషరతుగా అంగీకరిస్తుంది.

ఈ విధంగా వర్తులాకారంగా పిరుదుల్ని సంచలించ జేస్తూనే మధ్యమధ్య ఆపి, తన బస్థిప్రదేశాన్ని పైకెత్తి పురుషాంగమును యోనికంఠకాలచే గట్టిగా బిగియబట్టాలి. అది చేతనయినతర్వాత ఆమె తన పుష్టాన్ని పైకీ క్రిందకీ ఊగించటం ద్వారా యోనిశీర్షమును పురుషాంగము హత్తుకునేటట్టు నేర్పాలి. అదికూడా నేర్చుకున్నతర్వాత పురుషునితోబాటు ఏకసమయంలో అదేవిధమయిన శరీర సంచలనాలను సాగించాలి

ఈ విధంగా ఆమె ఆనందదాయకమైన అసంఖ్యాకపద్యతులను అనుసరించటంద్వారా శరీరసంతృప్తి నేగాక మానసిక సంతృప్తినిపూడా పొందగలదు. వేగం ఒకే క్రమంలో ఉండకుండా నానా గతులనూ పొందేటట్లు చూచుకోవాలి అదే లయ. (Rhythm) లయలో మూర్ఖులు వస్తూండాలి. ఒకసారి ఒక ప్రక్కకి మరోసారి మరోప్రక్కకి మెలికిరుగుతూకొత్తదాన్ని సాధించవచ్చు. ఒక్కొక్కప్పుడామె తుఫాను ఉద్యోగాన్ని ప్రదర్శించవచ్చు యీ విధంగా సంప్రయోగంలో స్వత్యరీతుల్ని భార్యలు ప్రదర్శిస్తే వారి జీవితాలు సుఖసంతోషాలతో డోలలాగుతాయనటంలో సందేహంలేదు భర్తను సిద్ధంగా ఉంచే తామే అన్ని సంచలనాలనూ చేయాలని ఒకప్పుడు భార్య కోరుకోవచ్చు. ఇంకొకప్పుడు దుపతులిద్దరూకలిసి సామరస్యంలో కదిలికలు నిర్వర్తించాలనుకోవచ్చు. ఏది ఏమయినా ఈ ఉద్దానపద్ధతిలో (భార్య వెల్లకిలా వదుండేద్దతి)కూడా సంప్రయోగంలో చురుకుగా పాల్గొనకపోతే ఆమెకు దాంపత్యంవల్ల సుఖసంతోషాలు లభించవు

సంప్రయోగ సమయంలో తన కాళ్ళను యెలా వినియోగించాలో భర్త భార్యకు నేర్పటం అవసరం. భర్త కాళ్ళ కన్నా దూరింగనే ముందుగా తన కాళ్ళను ఉంచుకోవాలి. జన్మిప్రదేశాన్ని సులువుగా కదిలించటం నిమిత్తం అంగప్రేమ శమయిన తర్వాత అతని కాళ్ళతో వెనపేసి, వాటిని బలపరు

స్తుంది. అతని మోకాళ్ళ పైపైకింద కాళ్ళీగాడన్న మెత్తని జేబులవంటి ప్రదేశంలో అమె తన మడచుల్ని ఉంచుకోవచ్చు.

ఇక భావప్రాప్తి కలుగుతుందనగా అమె తన కాళ్ళని అతని నడుముచుట్టూ బిగించి అతన్ని హత్తుకోమని చెప్పింది. అప్పుడతను భార్య బిగికాగిలితో హత్తుకుపోతాడు.

ఆసీనకం

కాత్రం చెప్పిన అన్నిరకాల ఆననాలవల్లనూ తలో ముఖ్య ప్రయోజనమూ సాధింపబడుతుంది.

ఉదాహరణకి : ఇంతవరకు మనం చెప్పినాి, 'ఆసీనక' విధానమున్నది. భర్త భార్య కూర్చుని ఉండే పద్ధతి శరీరనిర్మాణరీత్యా మనస్తత్వరీత్యా ఉభయులకు ఈ పద్ధతి సంస్కరం ఆనందహితవస్తువు. ఈ విధానంలో భర్తకు స్వతంత్రం తక్కువగనుక తన విధుల్ని సమగ్రంగా నిర్వర్తించలేదనిపిస్తుంది అది సరికాదు. ప్రయోగంవల్లనూ, శిక్షణవల్లనూ ఏపాటి దడు డమునా భర్త తన విధిని నిర్వర్తించగలడు.

ఈ ఆసీనక విధానాన్ని ఈ క్రిందివిధంగా నిర్వర్తించ వచ్చు. భర్త వెల్లకిలా పడుకుంటాడు కాళ్ళను బాల్లా చావు కోవటంకన్నా కొద్దిగా మోకాళ్ళదగ్గర ఎత్తివూచుకోవటంమం చిది. భార్య అతనికిరుప్రక్కలా మోకాళ్ళపయి ఆవి నిలుచుం టుంది అలా నిలుచోవటంవల్ల ఆమె జననాంగం ఉత్పల్లక

నువుతుంది. అదీగాక ఈ సద్దశిలో ఆమె అతనిపై పూర్తిగా కూర్చున్నట్లుకాదు. ఆర్థాసీనురాలవుతుంది. తన శరీరాన్నంతనీ మోకార్యపయి మోపుకునే ఉంటుంది. పురుషాంగానికి ఊర్ధ్వముఖంగా ఆమె జననాంగ భాగాలుంటాయి. ఇలా అయిదారు నిమిషాలు ఆమె వేచిఉన్నట్లయితే, భర్తలో కలిగే ఆవేశస్థాయి సద్దుమణుకుతుంది.

ఆ తర్వాత కొద్ది ప్రవేశాన్ని భార్యయే సాధించియోని శీర్షాన్ని పురుషాంగం హత్తుకునేటట్టుంచాలి. ఇలా వది నిముషాలు నిశ్చలంగా ఉన్నతర్వాత అతనికి స్తైర్యంవస్తుంది. అప్పుడతను ధైర్యంగా మరికొంత అంగప్రవేశాన్ని సాధించమని కోరవచ్చు. అప్పుడామె తగుమాత్రంగా శరీరాన్ని పైకెత్తి పురుషాంగశీర్షం బీజవాహికలోకి జారుకునేటట్టు ప్రయత్నించాలి. ఈ సమయంలో ఉభయూ సరసల్లాపాలతోఉన్నచో ఉనికికస్తాయి చల్లబడుతుంది ఆవేశాన్ని ఏమాత్రం రానివ్వకూడదు. ఆ వాతావరణానికి భర్త అనుకూలుడకాగానే అప్పుడతను తన స్క్లాటియల్ కండరాలను కొద్దిగా బిగించవచ్చును. ఆ తర్వాత మరికొంత ధైర్యం చిక్కేవరకు వేచి అప్పుడు మరికొంత లోతుకు పోనివ్వమని చెప్పవచ్చు. అప్పుడు బీజవాహిక నిండా పురుషాంగం ప్రవేశించినట్టవుతుంది. ఇంకీయనిగ్రహాన్ని పాటించదలచిన దంపతులు ఈ స్థితికి రావటానికి అరగంటవైగా తీసుకోవాలి.

ఈసారి శరీరసంచలనాలను సాగించాలన్న కోరిక ఆ ఇల్లాలిలో కలుగుతుంది. అప్పుడామె తన బస్టిప్రదేశాన్ని కొంచెం పైకెత్తి, తాపీగా క్రిందకి దించాలి. ఎవరికీ ఏ విధమైన ఇబ్బంది కలగకుండా ఎలాంటి సర్దుబాట్లు చేసుకోవాలో దంపతులిద్దరూ పగళ్ళరం ఇప్పుడు చెప్పకోవాలి. ఆ తర్వాత ముండుగా సంచలనాలను ప్రారంభిస్తూ క్రమక్రమంగా కొంచెం కొంచెంగా తన బస్టి ఆమె పైకెత్తుకోవాలి. ఈ విధంగా ఆమె తన భర్తకు నిగ్రహాన్ని సాధించే అవకాశం ఇవ్వవచ్చు భర్తకు ధైర్యం చిక్కినతర్వాత అప్పుడామె లయబద్ధంగా డోలలాగుతుంది.

తొడలలోని కండరాలను బిగియబట్టి, బస్టిప్రదేశాన్ని పైకెత్తిపడుతుంది. భర్త శరీరంమీద అవసరమైతే చేతుల్ని ఆనుకుంటుంది. లేదా అతనిని పట్టుకుని, తన శరీరాన్ని తగు మాత్రం లేవనెత్తుతుంది. ఆ తర్వాతకొంతసేపు ముందువెనుక లకు ఇరువంకలకు శరీరాన్ని ఉగిస్తుంది. తన గ్లాటియల్ కండరాలచే పురుషాంగాన్ని బిగియనొక్కుతుంది. ఈ రకం కడలికలలో ఏమాత్రం ఉద్వేగాన్ని ఆమె ప్రదర్శించకూడదు. భర్త మాత్రం పరాకాష్ఠకొస్తున్నట్టు కనబడినా అతను తనఅంగాన్ని ఉపసంహరించుకుని ఉద్రేకస్థాయిని చల్ల బరచుకునే అవకాశం యివ్వాలి.

ఈ పదతివల్ల ఆమె పూర్తిగా నాడీహోభవం పొంద

గలదు. ఆమె యోనిశీర్ష పుష్కర్య మధ్య, అభోభాగాన్నీ, పురుషాంగపీడనంచే సంతృప్తి పొందేలా ఆమె తనని తాను నియమించుకోగలదు. అలాగే గర్భాశయకంఠానికి తగిలేలా సద్దుకోగలదు. ఆమె కోరినప్పుడు, కోరినట్లు కోరింది. సాధించు కోగలదన్న ధైర్యం ఆమెకు కలుగుతుంది. భర్తపై ఆధిపత్యాన్ని చెలాయిస్తుంది. గమక ఆత్మాత్మాలిక ఆధిక్యానికే మురిసి పోగలదు. ఆ సమయంలో భర్త యిష్టేయిష్ట ప్రకారం వర్తిం చిడానికిగాని తిరస్కరించటానికిగాని, ఆమెకు స్వతంత్రం ఉం టుంది. ఇప్పుడామె కర్త. ఈ కర్తృత్వ బాధ్యతయే ఆమెకు సంతోషాన్నిస్తుంది. ఇతర పద్ధతుల్లో భర్తపై ఆధిక్యాన్ని చెలా యించాలన్న కోరికతీరదు. ఈ ఒక్క పద్ధతే ఆమెకీవిధమైన మానసిక సంతోషాన్ని ఇస్తుంది.

తన కర్తృత్వ బాధ్యతల్ని విడిచి, తాత్కాలికంగా నై నా ప్రశాంతంగా ఉండటం భర్తకుకూడా సుఖాన్నిస్తుంది. మానసికంగాను శారీరికంగాను ప్రతి వ్యక్తి అర్ధనాశీశ్వరుడని లిడ్ స్టన్ కనిపెట్టిన తర్వాత ప్రతీ పురుషుడిలోనూ కొంత స్త్రీ త్వమూ, ప్రతీ స్త్రీలోనూ కొంత పురుషత్వమూ ఉంటుందని ఫ్రాయిడ్ వర్గం ఆంగీకరించింది. అనగా ప్రతీ జాతికీ భిన్నజాతి లక్షణాలుంటాయన్నమాట! పురుషులకి స్త్రీల లక్షణాలు, స్త్రీలకి పురుష లక్షణాలు ప్రతి ఒక్కరిలోనూ వుంటాయి. పురుషుడిలో పురుషత్వం ఎంత పరిపూర్ణంగాఉన్నట్టు కనబ

డినా మనస్తత్వశాస్త్రవేత్తకి అతని గాంధీర్యం చాటునగల
 స్త్రీత్వం నులుపుగా గోచరమవుతుంది, అలాగే స్త్రీలో పురుష
 త్వంకూడా. ఈ "ఆసీనక" పద్ధతిలో స్త్రీలోని పురుషత్వం
 మేలుకొని పురుషునిపై తన అధికారాన్ని చెలాయిస్తుంది.
 పురుషునిలోని స్త్రీత్వం సంతృప్తి పడుతుంది,
 మరికొద్దిక్షణాలకు పురుషునిలోని పురుషత్వం పేలుకుని తనపై
 ఆమె ఆధిపత్యాన్ని చెలాయిస్తున్నదని గ్రహించవచ్చు. ఏమ
 యినా తాను కోల్పోయిన దానికన్నా తాను సాధించినది
 యెక్కువవటంలో సంతృప్తి పడగలడు. ఈ పద్ధతిలో భర్తకు
 తానెప్పుడూ సంపూర్ణంగా చూడని ఆమె సాందర్యం విశ
 స్టంగా కళ్ళబడుతుంది. ఆమె అందానికి కొత్త కళ్ళు ఊరినట్లని
 పిస్తుంది ఆమె కళ్ళల్లోని మెరుపులు ఆశగొల్పుతాయి, ఆమెలో
 తొలిసారి ఊర్వశిని చూడగలుగుతాడు. ఆమెకంతకుముందున్న
 సిగ్గుతా ఏమయిందో తెలియక ఆశ్చర్యం కలుగుతుంది. ఇట్లా
 సంతృప్త హృదయ తరంగిణియై దాంపత్యానుకూల వైఖరిని
 అనుసరించటంకన్నా ఆమెనుండి అతను కోరేది వేరేలేదు.

ఈ పద్ధతి విఫలమయిందంటే ఆ దంపతుల్లో ఎవరో
 ఒకరు తొందరపడినట్లే ఆర్థం. భార్యకు కూర్చోవటం సరిగా
 తెలియక పురుషాంగంపై చతికిలబడిందంటే, అది నలిగి బాధ
 కలగటమూ, ఆపజయం ప్రాప్తించటమూ జరుగుతుంది.
 అలాగే ప్రవేశాన్ని అకస్మాత్తుగా ఒకేసారి సాగించినట్లయితే
 షాక్ తగిలి స్తంభనవై ఫల్యం కలగవచ్చు. సుచలనవేగం

మోచించమని భర్తకూడా కోరకూడదు.

బీజవాహికలోని స్పింక్టర్ కండరాలనుబిగించటంద్వారా అంగాన్ని పరిగ్రహించమని ఆమెను కోరకూడదు. మృదువుగా నిపుణంగా, ఉభయలూ వ్యవహరించినట్లయితే విజయాన్ని సునాయాసంగా సాధించగలరు. అయినా ఈ పద్ధతిని తరచుగా అనుసరించటం మంచిదికాదు. దీనివల్ల పురుషుడికి Inferiority (చిన్నతనం) కలుగుతుంది. దానితో ఆతను చొరవనీ, సాహసాన్ని పోగొట్టుకుంటాడు.

భర్తకు కలిగే లాభాలను ప్రత్యేకించి చెప్పకుండా, అతనిలో ఉన్న మానసిక నిరోధాలను అడ్డుకాకుండా చేసుకోగలడు. బస్టిప్రదేశం మినహా తతిమ్మా శరీరాన్ని, కాళ్ళనీ, చేతుల్నీ స్వేచ్ఛగా కదిలించగలడు. ఆమె శరీరభారం అతనిపై ఆనుకుని లేనందున స్వేచ్ఛగా ఉపిరిని పీల్చుకోగలడు. తాను తన బరువునుకూడా మోసుకోవటం లేదుగనుక శరీరంలోని కండరాలేవీ బిరియబట్టవలసిన అవసరం కనిపించదు. ఉద్ధాన పద్ధతిలో ఈ అవస్థ ఉంటుంది. కాని, ఈ విధానంలో తాను "రాతు" కాడుగనుక, నిశ్చింతగా, ప్రశాంతంగా తన ఉపహవ కత్తిని, ఉత్సాహాన్ని అనుసరించి అణగారిఉన్న కోరికల్ని తీర్చుకోగలడు. ఒకవిధంగా ఈ పద్ధతి ఆతనికి నిర్లిప్త కామసంతృప్తి నందివ్వగలడనే చెప్పుకోవచ్చు. పురుషునిలో ఉండే ఆత్మ ఖోభన ప్రవృత్తి (Masochism) స్త్రీలో ఉండే పరపీడక

సాదీజ్మి (Sadism) ఈ విధంగా సంకల్పపై పొందగలవు.

సామాన్య పద్ధతులు

ప్రాచీన సంప్రదాయమైన పద్ధతిలోనే కొంచెం మార్పు పొందిన మరో ముఖ్యమైన పద్ధతి ఉంది. కన్నె పొరను భేదించటానికి ఈ పద్ధతి ఉపయోగపడుతుంది. స్థూలంగా అదొక కారణమే అయినప్పటికీ నిజంగా అదే కారణంకాదు. దంపతులు ఉభయులలోనూ కనిపించని కొన్ని ఆంగిక అవసరాలవల్ల ఈ పద్ధతికి ప్రాచుర్యమూ, ఆశ్చర్యకరతా కలిగిఉంటాయి. భార్య మరీ లావుగా ఉన్నట్లయితే, లేదా మరీ పొడవుగావున్నా యీ పద్ధతి విధిగా ఆచరించడగ్గది. భర్త జననాంగాలతో సంపూర్ణ సమైక్యతను ఈ విధంగా సాధించవచ్చును.

పైగా, యోనిభాగం నిట్టనిలువుగా సాగటంవల్ల బాహ్య ధరా లేమి, అంతరాధరా లేమి ఒకదానికొకటి హత్తి వుంటాయి. కనుక అంగప్రవేశం యోని ఉర్ధ్వభాగంనుంచి జరిగినట్లయితే పురుషాంగానికి బీజవాహిక చక్కని వత్తిడి కలిగించి సంధానానికి అవసరమైన బిగి లభిస్తుంది. అనగా ఆ సమయంలో బీజవాహికగోడలు పురుషాంగాన్ని గట్టిగా ఒత్తిపట్టి సంకల్పపైని కలిగించేలా ప్రేరేపించగలవని భావం.

అదీగాక ఈ పద్ధతివల్ల పురుషునికి భార్య జననాంగాలు స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. అది మరింత ప్రేరేపకమవుతుంది.

బాహ్యధరాలు పెల్లుబుకుతాయి. స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. గుహ్యద్వారంకూడా చీకటి అడుగున మణిగిపోదు. శ్రీ జననేంద్రియంతర్భాగాలలోని రహస్యాలను చూడాలన్న జిగీషువుతో భర్తకి సహజంగా ఉంటుంది. ఈ విధానంవల్ల ఆ జిగీషకు సంతృప్తి లభిస్తుంది. అట్టడుగు భాగాలను (Nethermost Part) ముట్టాలన్న కోరికకూడా ఇప్పుడు నెరవేరుతుంది. యీ భంగిమలోనే యోనిశీర్ష మూ, శీర్ష కవచమూ ఉవ్వెత్తుగా కనిపించటం జరుగుతుంది.

బీజవాహిక గోడలు పురుషాంగాన్ని గట్టిగా బిగియపట్టి నవ్వుకు, భర్తకు మానసికంగా కొంత అహం కలుగుతుంది. తానేదో ఔన్నత్యాన్ని పొందినట్టు ఫీలవుతాడు. తన అంగం తగినంత పెద్దదిగా ఉన్నట్లు నుకుంటాడు. కేవలం స్పర్శవల్ల సుఖం గలిగినా భర్త అంతటితో సంతృప్తి పడక బీజవాహిక లోతుల్ని తరచి తరచి అందుచూడాలని చూస్తాడు. అదే ఘనవిజయంగా భావిస్తాడు. అట్టి విజయాన్ని సాధిస్తేనేగాని సంతృప్తి పడడు.

కనుక ఈసారి ఈ పద్ధతిలో శరీరసంధానం యెలా చేయాలో చెప్పుకుందాం. మంచానికి అడ్డంగా భార్య వెల్లకిలా పడుకుంటుంది. ఆమె పిరుదులు మంచం కమ్మిమీద ఆనుకుని వుంటాయి. కాళ్ళు ఒకదానికొకటి దూరంగా సాగి ఉంటాయి. భర్త ఆ కాళ్ళమధ్య నిలబడి పురుషాంగమును యోని భాగముపై హత్తుకునేలా వత్తుతాడు. ముందుకు చాచిన

చేతుల్ని ఆమె రొమ్ములపై అన్ని తన శరీర భాగాన్ని మోపు కుంటాడు. యీ పోజుషన్ లో ఆమెకు తన బస్టిప్రవేశాన్ని విడమరిచే అవకాశం లభించదు. కనుక యోనిశీర్షం ముందుకు ఉబికివచ్చి పురుషాంగం ఒత్తిడికి లోనవుతుంది. ఆమె శరీరం లోని ఇతర భాగాలకు అంత ఒత్తిడి వుండదు.

ఈ రకమైన పద్ధతిలోకూడా పురుషునికి మరికొన్ని సౌకర్యాలున్నాయి. ఆమె శరీరపరిస్థితిని ఏమాత్రం కడవనఖరలే కుండానే తన అంగాన్ని అవసరమైనప్పుడు ఉపసంహరించుకోవటానికిగాని, తిరిగి ప్రవేశ పెట్టటానికిగాని అవకాశముంటుంది. ఈ రకం శృంగారకేళిలో (పరస్పర అంగస్పర్శ) కొంతసేపు గడవటంవల్ల నేడగా లాపలికి పోనిచ్చేటప్పటికన్నా ఎక్కువ ఆనందం కలుగుతుంది.

ఈ ప్రాథమిక ప్రేరణలో ఉద్దేకం చరమస్థాయికి వచ్చాక భర్త ఆర్ద్రమైన ఆమె యోని అధరాలను ఒత్తిగించి బీజవాహికలోకి అంగప్రవేశాన్ని కానిస్తాడు. అంగప్రవేశం కూడా సులువే. బీజవాహిక కక్ష్య (Axis) ఊర్ధ్వముఖంగా వుండటమే కారణం. దృఢంగావున్న పురుషాంగపు ఊర్ధ్వ భాగం యోనిశీర్షాన్ని తీవ్రంగా గుద్దుకొంటుంది. కొండరు స్త్రీలు యోనిశీర్షం తీవ్రంగా మధింపబడాలనికోరతారు. వారికి యీ పద్ధతి యెక్కువ ఆనందాన్ని కలిగించగలుగుతుంది. కృత్రిమనాడియోధనం (యోనిశీర్షముకే నాభియునికూడా మరో

పేరు.) కన్నా యీ పద్ధతి సంపర్కంవల్ల యెక్కువ ఆనందం లభిస్తుంది. పురుషాంగం బీజవాహికకున్న ఈ పద్ధతిలో అనుకూలంగా వంగిపోవటంవల్ల దాని నశుము యోనిశీర్వాన్ని (శీర్షిక్తమైన యోనిశీర్వాన్ని) కఠినంగా నొక్కుతుంది. దఫదఫాలు తన కాళ్ళ వేళ్ళ కొసల నిలబడటంద్వారా అతను దీనిని సాధించవచ్చు. కనుక ప్రత్యేకంగా పురుషాంగాన్ని ఎత్తి యీ శీర్వానికి రాపిడి కలిగించవలసిన అవసరంకూడా లేదు.

దూర ప్రాప్త్య దేశాలలో మరీ కఠినమైన పద్ధతులతో సంప్రయోగ ప్రయోగాలను చేస్తారు. ముఖ్యంగా చైనా, జపాను, ఇండోనేషియా, దేశాలవారు మరీ కఠినమైన భంగిమలను అనుసరిస్తున్నారు. శరీరమూ శరీరాంగాలూ ఎలాబడితే అలా ఒంగితేతప్ప ఇది సాధ్యంకాదు. మంచి శర్తకీమణులకే ఇది సాధ్యం. యీ పద్ధతిలో స్త్రీ వెనక్కి మడచబండులా వంగి పడుకుంటుంది ఇంచుమించు ఆమె అకాళ్ళు భుజాలకు తగిలేలా వంగి పడుకోవాలి. అలాగా ఆమె శరీరం క్రిందికి కాళ్ళు ముడిగి పోతాయి. అప్పుడప్పుడు డ్యాన్సులో ఆలాంటి భంగిమలను చూస్తూనే ఉంటాము. ఆమె తన అరికాళ్ళలో తల పెట్టుకుని పడుకుంటుంది. అప్పుడామె భర్త ఆమె పొట్టపై ఆనుకుంటాడు అతని బరువునుకూడా ఆమె మోయవలసి వుంటుంది.

దీనివల్ల అదనపు లాభాలేమిటి? ఎందుకంత ప్రాణ ప్రమాదకరమైన పద్ధతికూడా వారు అవలంబిస్తున్నారు? అని

అలాచిస్తే ఈ పద్ధతిలోనే త్రొల గర్భాశయకంఠానికి ప్రత్యేక ప్రకంపన స్పర్శ (Titillation) కలిగి విచిత్రమైన సుఖానుభూతుల్ని కలిగిస్తుంది. రేన — నో — టోమావంటి కృత్రిమ యంత్రాంగంద్వారా ఇట్టి సుఖానుభూతులకు అలవాటుపడేనదూర ప్రాచ్యస్త్రీలకు సంప్రయోగంలో ఏ ఇతరపద్ధతీ యిలా గర్భాశయకంఠానికి ప్రకంపన సుఖాన్ని వ్వలేదు. గనుకనే ఇది వ్యాప్తిలో కొచ్చిందని చెప్పకోవచ్చు.

వెనక్కి మడతబడి పడుండే ఈ పద్ధతిలో బీజవాహిక నిట్టనిలువుగా సాగుతుంది. గనుక, పైగా పొట్టిగా ముడుచుకుంటుంది. కనుకనూ గర్భాశయకంఠం బీజవాహికమధ్యకు పొడుచుకువస్తుంది. గనుక పురుషాంగం స్పర్శశల్ల దానికి ప్రకంపన సుఖం కలుగుతుంది. గర్భాశయశాస్త్ర వేత్తలు (గైనకోల జిస్టులకూడా) ఇదే చెపుతున్నారు. పైగా గర్భాశయకంఠం నోరు తెరుచుకుని పురుషాంగశీర్షాన్ని చీకుతుందనికూడా అంటున్నారు.

గర్భాశయకంఠంకూడా కామకేంద్రమేనన్న విషయములో అనుమానంలేదు కనుక కొందరు త్రొలు, ముఖ్యంగా కొన్ని జాతుల త్రొలు ఈ విధమైన సంప్రయోగాన్ని కోరటం జరుగుతున్నది.

బస్థిప్రదేశం సాగుటవల్ల ఈ పద్ధతిలో అంగప్రవేశం చాలా తేలికగా సాధ్యమవుతుంది. ఒత్తిడికూడా యెక్కువగానే

వుంటుంది.

*

*

*

ఈసారి మరో ఆసీనవిధానం చెప్పకుండాం. చేతులు లేని కుర్చీ, వెనక్కి నిటారుగా జార్ల పడటానికి అవకాశంగల దానిని సంపాదించాలి. దానిపై మెత్తని తువ్వలు పరచాలి. దానిపై భర్త కూర్చుండగా ఆమె అతని ఒడిలో ఒకవైపుకు తిరిగి కూర్చుంటుంది. రెండుకాళ్ళూ ఒకవైపు వేసుకునికూర్చుండటంవల్ల ఉభయులూ పరస్పరప్రేమకలాపాలలో ఎక్కువ సేపు గడుపుకోవచ్చు. ఆ తర్వాత ఉభయులూ పరిపూర్ణ ఉద్రేకాన్ని పొందినతర్వాత, అప్పుడే ఆమె అతనివైపు ముఖం పెట్టుకుని, రెండుకాళ్ళనూ అతనికాళ్ళకిరువైపులా వేసుకునికూర్చుంటుంది. తన రెండు చేతుల్నీ ఆమె తొడలదిగువనుంచి, ఆమె బట్టిప్రదేశం తన అంగప్రవేశానికే అనుకూలంగా ఉండేలా ముందుకు జరుపుకుంటాడు. అంగం యోనిముఖాన్ని స్పృశించటంవల్ల స్తంభనం దృఢంగా వుంటుంది ఇట్లా అయిదుపది నిమిషాలుండాలి.

బీజవాహిక ముఖద్వారంవద్దగల "కుహరిక"లో ఉంచే నిమిత్తం మోకాళ్ళను కుంచించుకుని అవసరమైన సర్దుబాట్లను చేసుకోవాలి. అంగప్రవేశం యీ పద్ధతిలో కొండెం కప్పమే గనుక భర్తయే స్వహస్తంతో అంగప్రవేశం చేయిస్తూ అందుకనుకూలంగా ఉభయులూ కదిలి సర్దుకోవాలి. అప్పుడే బీజ

వాహికాసాగ్రహలతో పురుషాంగాన్ని భర్తయే తడుపుకోవాలి. ఈ సమయంలో భార్య తన బీజవాహిక కండరాలను దగ్గరగా నొక్కుకోవటంద్వారా ద్వారాన్ని మూసివేస్తుంది. బీజవాహిక చుట్టూరాడండే స్పింక్టర్ కండరం ఇలా పనిచేయటంవల్ల బీజవాహికలోకి అంగప్రవేశం జరిగాక, పురుషాంగమూలాన్ని యోనిద్వారం గట్టిగా బిగియబట్టటంవల్ల స్తంభనశక్తి ఎక్కువవుతుంది. ఏమాత్రం ఆభ్యాసం వున్నస్త్రీలయినా స్కూలనం తర్వాత పురుషాంగప్రమాణం తగ్గకుండా ఈ విధంగా నిరోధించగలరు. రక్తంపోటు వెనక్కి ఉపసంహరింపబడకుండా ఈ కండరాలు నొక్కివడతాయి. ఫలితంగా ఆమె రెండుమూడు సార్లు సులువుగా భావప్రాప్తిని పొందగలుగుతుంది.

ఎక్కువ కాన్పులు పొందిన స్త్రీ బీజవాహిక బాగా వదులుబారటంవల్ల దాంపత్యంలో భర్తలు సంతృప్తి పొందలేకపోవచ్చు. అలాంటి స్త్రీలు మామూలుపనులు చేసుకునేటప్పుడు బీజవాహికలో గాలి ప్రవేశించి కొన్ని శబ్దాలు చేస్తూనేవుంటుంది. అలాంటి స్త్రీలకే ఈ ఆసీనశబ్దతి ముడిది. అంతేగాని వివాహిత దంపతులకుకాదు.

ఈ శబ్దతిని స్త్రీలు ఏ కొంచెం ప్రయత్నించినా అలవరచుకోగలరు. ముందు కడుపులోని కండరాలను లోపలికినొక్కుకోవటం అభ్యసించాలి. ఆ తర్వాత బస్థిప్రదేశాన్ని కుంచించుకోవటంనేర్వాలి. ఆ తర్వాత ఈ రెండూ ఒకేమారు జరిగేలా

ప్రయత్నించాలి, చేయగా చేయగా అవసరమైనప్పుడు బీజవాహినిని బిగించుకునే విధ్య ఆమెకు అలవడుతుంది. ఆమెకు తెలియకుండానే భావప్రాప్తి సమయంలో ఈ విధమయిన కండర సంకోచాల్ని ఆమె పొందుతూనే ఉంటుంది. యెటొచ్చితిప్పుడు అభ్యాసంమీద నేర్చుకోవాలి.

“రూసి రూసి” అనే ఆయన యోనిశీర్షం ఉద్యోగపడినప్పుడు ఎలా ప్రవర్తిస్తుందో ప్రత్యేక పరిశోధనలు జరిపితేలు సుకున్నాడు. స్తంభనసమయంలో పురుషాంగప్రవర్తనకీ, యోనిశీర్షప్రవర్తనకీ చాలా తేడా వుందన్నాడు. స్తంభించిన పురుషాంగం ఉద్యోగపు తాకిడికి పైకి లేస్తుంది యోనిశీర్షం అలా చేయక పురుషాంగంవలెనే పొడవెక్కి బీజవాహిని ముఖ్యవ్యూహంవైపు పొడుచుకువస్తుంది. ఈ విధంగా అది అంగ ప్రవేశమయిన తర్వాత పురుషాంగపు ఊర్ధ్వ ఉపతలాన్ని నిమగ్నతూ భార్యకు కామానుభూతుల్ని ప్రసాదిస్తుందని అన్నాడు. ఈ విషయాన్ని సరిజూస్తే నేగాని అంగీకరించకూడదు.

ఏమంటే కొన్ని సంప్రయోగపద్ధతుల్లో ముఖ్యంగా వైనతాది పద్ధతుల్లో ఈ విధమయిన పరస్పర సంఘటన కనబడటంలేదు. పైగా ప్రేలితో స్పర్శించి చూచినప్పుడు (Digital-Palpitation) కామోద్యోగం కలగగానే యోనిశీర్షం వెనక్కి తగ్గుతున్నట్టు కనిపిస్తుంది. బహుశా భయంవల్ల అలా జరుగుతున్నదేమో అనుకోవటానికికూడా అవకాశం

లేకపోలేదు.

ఏమయినప్పటికీ యోనిగీర్ష ప్రేరణను రకరకాలుగా కలిగించే అవకాశంఉంది. ప్రతీ పద్ధతివల్లనూ ఒక్కొక్కరిం అనుభూతులు భిన్నంగాఉంటాయి. పైనుంచి క్రిందకి, క్రిందనుంచి పైకి అడ్డంగానూ, గుండ్రంగానూ, అడించవచ్చును. అలాగే మృదువుగానూ, కఠినంగానూ స్పర్శించవచ్చును. ఆ సమయాల్లో కలిగే అనుభూతుల్లో వైవిధ్యం గమనించదగ్గది.

ఆ తర్వాత ఆమెలోని ఉద్రేకాన్ని ప్రేరేపించటం ఆతనికి తేలికవుతుంది. అప్పుడామెలోని కోరికలను రెండవిధాలా రెచ్చగొట్టగలడు. పాలగ్రాధుల కొనలవంటి ఉష్ణకామకేంద్రాలేమి, జననాంగంలోని ప్రముఖ కామకేంద్రాలేమి సంపూర్ణంగా పనిచేసి ఆమెను రెచ్చగొట్టగలవు

రొమ్ములగూర్చి ముందు చెప్పకుండాం. ప్రేళ్ళతో వాటిని గిలిగింతలు పెట్టటంద్వారా చనుమొనలక్రింది నిశిత నాడులు ప్రేరేపించబడుతవి. పెదవులతోకూడా ప్రేరేపించే అవకాశమున్నది. ఇలా ఉభయవిధాలా ఆమెలో ప్రేరణ చరమావస్థకు రావటానికి అయిదారు నిమిషాలకన్న ఎక్కువకాలము వట్టదు. కనుక ఆమె చప్పున కలయికకై సిద్ధపడటం జరుగుతుంది.

ఈ అసీనక విధానాన్ని నేర్పటంకూడా ఏమాత్రం కష్టం కాదు. ఆమె భర్త తొడలపై తన శరీరభారాన్ని పూర్తిగా

మోపకుండా కొంతలో కొంతవరకు తన కాళ్ళమీద తానే ఆనుకుంటుంది. సంచలన పేగం యెక్కువగా ఉండాలి. అన్ని సంచలనాలు ఆమెయే నిర్వహించాలి. కాని ఆమె స్థూలకాయురాలయితే మాత్రం భర్తకు ఈ పద్ధతివల్ల ప్రయోజనం లేదు. యీ పద్ధతిలో ఆమెయే నాయకత్వం వహిస్తుందిగనుక అతని హావభావాల కనుగుణంగా సంచలన పేగాన్ని నియమించుకోవలసిన బాధ్యత కూడా ఆమెదే!

గ్లాటియల్ కండరాలను, పిరుదులలోని కండరాలను సంకోచింపజేయటం ద్వారా పురుషుడు స్తంభనమును పట్టిపైచేసుకోవచ్చు లేదా తన కాలిని ముందుకుచాచి బొటన వేలి పయి ఆనుకుని ఇటూ అటూ ఊగవచ్చు చప్పుచప్పున పేగాన్ని, పద్ధతినీ మార్చటంవల్ల ఈ విధానం ఎక్కువ ఉపయోగపడుతుంది.

మరో ముఖ్యవిషయం: యీ పోజిషన్ లో ఉన్నప్పుడు అతను ఆమె నడుము అడుగుభాగాన్ని పిసికినట్లయితే దానివల్ల ఆమెకు మరికొంత సుఖసంతోషాలు కలుగుతాయి.

Knee-chest position కూడా ఒకవిధంగా ఎక్కువ ప్రయోజనాన్ని కలిగిస్తుంది. పొట్ట నుండి యెక్కువగా వెరిగిన స్త్రీలకిది చాలా అవసరం. బస్తిప్రదేశంలోని దోషాలను నవరించటానికి, గర్భాశయం పంకరలను నవరించటానికి గైతరీ కోలజిస్టులు ఈ పద్ధతిని నూచిస్తున్నారు.

ఈ పద్ధతిలో ఆమె బరువంతనూ మోచేతులమీద, మాకాళ్ళమీద ఆనుకోవాలి. అంగప్రవేశానికి ఆమె సహకరించాలి.

ఈ పద్ధతిలో జననాంగనిర్మాణమంతా పూర్తిగా మారుతుంది. యోనిశీర్షంపైకి ఉండటానికిబడులు అడ్కివస్తుంది. బీజవాహిక ఊర్ధ్వభాగానికి ఈ భంగిమలో యెక్కువగా పురుషాంగపు ఒత్తిడితగులుతుంది. శాస్త్రజ్ఞులుదీనిని Aposteriori అంటారు. దాంవత్సరజీవితంలో ఈ పద్ధతి ఆవిశ్వకతను గురించి చెప్పటానికి చాలా సిద్ధాంతాలున్నాయి.

కొంతమంది రచయితలు దీనిని 'అనాదితత్వహ్ను' (Sign of Atovism) మని అంటారు అధమతరగతి జంతువులీవిధానాన్ని అనుసరిస్తాయి.

కనుక ఈ పరిణామదశలో ప్రాథమిక సంప్రయోగ పద్ధతిగా దీనిని చెప్పవోవచ్చును.

దీనికే "హరిణ"మని పేరు. లేళ్ళు ఈ విధానాన్ని అవలంబిస్తాయట! పాండురాజు వేటనెపంతో అరణ్యానికి వెళ్ళి నప్పుడు కిందముడ్డను ఒక రుషిసత్తముడు తన భార్యతో ఈ విధానంతో సంప్రయోగం నెరపుతూఉండగా లేళ్ళనుకుని ఆయన బాణాన్ని సంధించాడు. ఆ అపూర్వగాథ మహాభారతంలోవుంది.

ఫ్రాన్సిస్ ఈ Knee chest position గురించి

చెప్పుతూ పిడుదులు, గుడము, పురీషనాళముకూడా కామకేం
ద్రాలేనని ఈ విధానంవల్ల ముఖ్యంగా పిడుదులకు సంతృప్తి
లభిస్తుందని అన్నాడు. యీ విధానంలో పిడుదులకు ప్రత్యేక
ప్రాముఖ్యం లభిస్తుంది; పైగా ఆమెకు తెలియకుండానే అజ్ఞా
తంగా ఉండే కోరిక యీ విధంగా తీరుతుందని ఆయన
అన్నాడు. పాచీన స్త్రీలు బిళ్ళగోచీ చీర కట్టటంలో పిడుదులు
ఉన్నతని ప్రశస్తిస్తారు. స్త్రీ అందానికి పిడుదుల ప్రాముఖ్య
తనుకూడా గమనించడగ్గది. నడిచేటప్పుడు పిడుదుల్ని వర్తులా
కారంలో వర్తింపజేయుటంద్వారా కామానుభూతుల్ని ప్రో
పింప జేసుకోవటం స్త్రీలకు వెన్నతోపెట్టిన విజ్ఞ

యీసారి కేవలం గోవులవలె (నాలుగుకాళ్ళ జంతువు
లవలె) ఉపక్రమించే విధానాన్ని (Quadrupedal) చెప్పు
కుందాం. దీనికి "ధేనుక"మని పేరు. దీర్ఘతముని భార్య ప్రశ్న
పిణి యీ విధానాన్ని అనాటి ఋషిపత్నులందరికీ నేర్పిందని
పురాణాలు చెపుతున్నాయి.

మహమ్మదు ప్రవక్త యీ విధానాన్ని అనుమతించాడు.
ఆయన కాశనం ఇలా చెపుతున్నది. మీ భార్యలే మీ మాన్య
క్షేత్రాలు. పాటిని మీ ఇష్టంవచ్చినట్లు దున్నండి అని. సాంపే
మహానగరకుడ్యాలమీది స్త్రీలు గోవులవలె నలవై చేతు
లను అనుకుని వంగిఉన్నట్లు భర్తలప్పుడు అనుష్ఠిస్తున్నట్లు
శిల్పాలు కనిపిస్తూనే ఉన్నాయి. యీ పద్ధతిని అనుసరించటం

వల్ల శ్రీలు తప్పకుండా గర్భవతులవుతారని, జంతుజాతి అను
సరించే యీ విధానాన్ని విడిచి శ్రీ వసుంజే సమవిధానాన్ని
అనుసరించటంవల్ల శ్రీలంతగా గర్భవతులు కావటంలేదని
బాకేటియన్ వ్రాశాడు.

వెనుకనుండి అంగప్రవేశాన్ని అనుమతించటంవల్ల బీజ
వాహిక లోపలిగోడకు (కుడివైపు ఉండేది) ప్రేరణ కలుగు
తుంది. అక్కడనుండి గుహ్యద్వారపు పరిసరాలకుకూడా ఆనం
దానుభూతులు కలుగుతాయి. శ్రీలలో కామం ఆశ్రయించు
కునే అంగాలు యెక్కువ. కనుక రతిలో చల్లగానే అంగాలతో
శ్రీ ఇతరేతర కామకేంద్రాలకూడా ప్రేరేపింపబడినప్పుడే
కామసంతృప్తి యెక్కువగా లభిస్తుందని చెప్పుకోవచ్చు. ఇంతకు
ముందే చెప్పుకున్న "హరిణ" విధానంలో యీ సౌలభ్యం
వుంది.

హరిణంగాని, ధేనుకగాని— వీటిల్లో ఏ విధానమైనా
అందులో యోనికీర్ణం బీజవాహికాద్వారానికి అతిసన్నిహితం
గా జరుగుతుందిగనుక దానికి పురుషాంగస్పర్శ లభించి ఉద్రీ
క్తమవుతుంది. పరావర్తనపద్ధతి (Posterior)లో లభించే ఈ
సుఖసంతృప్తులు, అగ్రీవర్తన పద్ధతులలో (Anterior)
లభించవు.

యీ వైసత విధానాల్లో (Aposteriori) శ్రీకిచోరవ
తక్కువ, కనుక ఆమెకు యీ విద్యను నేర్పటంలో, భర్త కొంత

తెలివిని, నైపుణ్యాన్ని ప్రకర్షించటం అవసరం.

ముఖ్యంగా ధేనుకలో ముందుగా భార్యముఖాన్ని పరపుపై ఆనుకుని బోర్లా శయనించాలి. అంగప్రవేశం చేయకూడదు. అయికారునిమిమాలు పోయేసరికి ఆమె సిగ్గును జయించి పిరుదుల్ని సంకోచింపజేస్తుంది అనగా ఆమె ఆయత్తమయినదని అర్థం. అప్పుకామె తుంటిపైకెత్తి మోకాళ్ళుపైన చేతులపైనా ఆనుకుని జంతువువలె నిలబడమని చెప్పాలి. అప్పుడు యోనిశీర్షాన్ని చేతితో ర్పర్శించి తెలుసుకుని దీనిని ఖోభించటద్వారా యోనిస్రావాలు కలిగేటట్టు చేసుకుని, ఆనంతరం అంగప్రవేశాన్ని సాధించాలి. అప్పుడు అంగప్రవేశం తేలికవుతుంది.

అవునా? ఇప్పుడు ఈ పద్ధతిలో కలిగే ప్రత్యేక సౌకర్యా లేమిటో చెప్పుకుందాం. కేవలం ప్రయోగాత్మక ఫలితాలేనా దీనివల్ల సాధింపబడేది? కామసిద్ధి దీనివల్ల సంపూర్ణంగా కలుగుతుందా? దంపతులు చిన్నప్పుడు ఊహించే ఊహల్ని ఈ విధానాలవల్ల తీరతాయా? చిన్నప్పుడు వసిపిల్లలపిరుదులపై జోళాట్టి నిద్రపోగొట్టేటప్పుడు ఆ శిశువులకుకడగే సుఖానుభూతులన్ని తిరిగి వేల్కొంటాయా? లేదా మనుష్యులలో పశువాసవలన్ని సంతృప్తి పొందుతాయా?— మొదలయిన ప్రశ్నలన్ని ఉత్పన్నమవుతాయి; వాటికికూడా మనం సమాధానం చెప్పకోవలసివుంది. స్త్రీల ముందుభాగంలోని అందాలన్నీ

కాక వెనుకభాగంలోని అందాలనుకూడా పురుషుడుహర్షిస్తాడు. ఆడవాళ్ళ శరీరం తప్పడగా ఉండేకన్న గుండ్రంగా ఉండటమే అందంగా వుంటుంది. ఆవృక్ష కనిపించే శరీర రేఖలే అతని సాంప్రదాయక కళాదృష్టిని సంతృప్తి పరచగలుగుతాయి. యీ కళాదృష్టి అనాదినుంచీ, ప్రతి మానవుడిలోను జ్ఞాతంగానో, అజ్ఞాతంగానో ఉంటూనేవచ్చింది.

క్షేణిలా అంటున్నాడు. “అలాంటి శ్రీ సందర్శనంలో కలిగే అనుభూతులు ఎంత అసంబద్ధమైనవి కాసియండి. ఎంత క్రూరమైనవి కాసియండి— వాటికి పట్టపగ్గాలుండవు. అతనిలో అనిర్వచనీయ కామానుభూతుల్ని ప్రేరేపించి, ఉద్రిక్తుణ్ణి చేసి, అవసరమైతే దార్శన్యం చేయటానికైనా ఉద్యమింపజేస్తాయనటంకో సందేహంలేదు. శ్రీ వెనుకభాగాల సందర్శనం అంత ఉద్యేక ప్రేరణను కలిగించి రెచ్చగొట్టడానికి ఏది కారణమో నిర్ణయించాలంటే డార్విన్ సిద్ధాంతాన్ని కూడా ఇక్కడ పరిశీలించాలి. కోతుల్లో ముఖ్యంగా ఎర్రపిర్ర కోతుల్లో వెనుకభాగాలే ఆకర్షణకేంద్రాలు పురుషగ్రంథుల్ని పరిశీలించినవారు జంతువు కామజీవితంలో పిరుదులకూడా ప్రత్యేక ప్రాముఖ్యత కలిగియున్నవని గ్రహించారు. పిరుదుల్ని కోసి అందలి నరాలను ప్రేరేపించటంవ్వారా వాటికి కామోద్యేకకారక గుణమున్నదని తేలింది.

కనుక, వీటన్నిటిని దృష్టిలో పెట్టుకుని ఆలోచించినట్లు

యితే ఉత్సాహం కలిగినప్పుడు ఈ వై నత 'ధేనుక' కూరిణ విధానాలను అనుసరించటం అవసరమే అనిపించక తప్పదు. ఇందులో తప్పుకాని, అసభ్యతగాని, అవమానంగానిలేవు.

మరొక ముఖ్యవిషయమేమంటే రొమ్ముల్నీ, నితంబాల్నీ చూచినప్పుడే ఇండియానుభూతులు ప్రకౌపిస్తాయి. అమెరికా, ఇంగ్లాండులలో ఇతర పాశ్చాత్యదేశాల్లో ఏ పురుషుడయినా స్త్రీ నడుముచుట్టూ చేయి చుట్టి నడిబజారులో నడవ వచ్చు స్వేచ్ఛానికీ, పరిచయానికీ, అపరాధానికీ అది చిహ్నం. ఇలా అమె నడుముచుట్టూ చెయ్యి నెట్టుటంలో అమె ప్రయోధరాలకూ, నితంబాలకూ మధ్య తన చేతిని ఉంచినట్లవుతుంది. ఈ చర్యనతను దురుద్దేశంతో చేయకపోయినా అది అమెలో కామాన్ని ప్రకౌపింపజేస్తుంది.

వయోధరి, నితింబవతి అనే పేర్లు స్త్రీలకు కలిగాయంటే వాటిపై పురుషులకుగల ఆసక్తే కారణమని అందాన్నీ, ప్రయోజనాన్నీ అవి పురుషులకందిస్తున్నాయనీ అనుకోవాలి.

స్త్రీ మర్మాంగరహస్యాలను తెలుసుకోవాలన్న జిజ్ఞాస, ధాన సమయంలో జరిగే మాజుల్ని తెలుసుకోవాలన్న కుతూహలమూ సృష్టి పుట్టినప్పటినుంచీ ఉన్నది. శశువులకీ, మనుష్యులకీ ఒకేవిధంగా వుంది. పరస్పర జననాంగావలోకనం మూడేళ్ళ వయస్సులోనే స్త్రీ పురుష శిశువులలో ఉన్నట్లు చూస్తాము. అయిదారు నెలల వయస్సులోనే స్వీయ జననాంగ

విషయమై కఠూహలం బయలుదేరుతుంది.

కనుకనే ఈ సృష్టికి మూలహేతువైన పరాత్పరుడి గురించి, సృష్టికారణమును జననాంగలగురించి మహద్వలూ, మేధావులూ అనాదినుండి నేటిదాకా తెలుసుకోవాలని తపస్సు చేస్తూనే ఉన్నారు. వాత్సల్యమునాది మహద్వలు ప్రారంభించిన జగీషయే కాలక్రమేగా మరెన్ని నూతన సత్యాలను తెలుసుకోవటానికి సహకరించింది.

పాశ్చాత్యశాస్త్రకాండలో ప్రముఖుడైన Roubaud సంధానక్రిమాన్ని ఇలా అభివర్ణించాడు.

పురుషాంగం బీజవాహికా కుహరికను ప్రవేశించగానే అది మొట్టమొదట యోనిశీర్షాన్ని ఢీకొంటుంది. ఇది బీజవాహికాద్వారంవద్ద ఉంటుంది. సహజంగా పొడవుగా ఉండటంచేతనూ, ముందుకువంగి ఉండటంచేతనూ పురుషాంగం నికి దారి ఇచ్చేటంత చక్కగా వంగగలదు. యోనిశీర్ష శిశ్నశీర్షములు వరస్పర సంస్పర్శద్వారా సంపూర్ణ ఉద్రిక్తములైన తర్వాత శిశ్నశీర్షము యోనికండముల మధ్యభాగమునకు చేరుకుంటుంది. అప్పుడే యోని ముఖద్వారంచుట్టూ గల కండరములు పురుషాంగమును గ్రహించి, బిరియవడతాయి. ఐనా అంగంపై చర్మం వసులుగా ఉన్నందున అంగశీర్షం యీ ద్వారబంధాన్ని భేదించుకని బీజవాహికలోని ఆమృతార్థ (Mucous membrane) స్పర్శిస్తుంది. ఈ పొరలమధ్య

స్తంభకటిస్థూలుండటంవల్ల బీజవాహిక తగినంత పొడవు నాగుతుంది. పురుషాంగకడలికలతో సంకోచ వ్యాకోచాలను పొందుతూ తదనుగుణంగా గర్భాశయాన్ని కూడా ఉక్రోశ లూగిస్తుంది. యీ ప్రకంపనాలవల్ల ఉద్రేకం కలిగి బీజవాహికా కంఠములు (Bulbs) యోనిశీర్షము రక్తంతోమరింత పోలుకుతాయి. వీటివలన శిశ్నశీర్షముకూడా దృఢపడుతుంది.

సరిగా ఒక శతాబ్దా క్రితం రోబాడ్ చేసిన ఈ వర్ణనలో శాస్త్రీయవోమాలున్నట్లు బుద్ధిమంతులకు తెలియకపోదు. యోనిశీర్షం గుహ్యద్వారంమీదికి వంగి ఉన్నట్లు ఆయన వ్రాశాడు. భగవంతుడు పురుషుడికి అట్టి అప్రయత్నసుఖాన్ని ఇవ్వటం ఇష్టంలేకనే యేమో, యోనిశీర్షాన్ని గుహ్యద్వారం ముందే ఉంచకుండా దానికి దాదాపు అంగుళంపైన ఉంచాడు కనుకనే అది యెక్కడున్నదో వెతికిపట్టుకుని దానికి స్పర్శ సుఖం కలిగేలా ప్రయత్నించవలసిన దుస్థితి పురుషుడికివచ్చింది.

రోబాడ్ ఇలా అన్నాడు-

"అదేసమయంలో యోని అంగప్రవర్తన భాగంలో వున్న కంప్రిస్డ్ కంఠరం ఒత్తిడివల్ల పురుషాంగపు వెన్ను భాగంమీదికి వంగి, దానిని స్పర్శిస్తుంది ఈ విధంగా యోని శీర్షము లేక నాభి పురుషాంగంతో సంఘర్షించడం జరుగుతుంది. ఈ విధంగా ఆ దంపతులిద్దరూ సంప్రయోగ సమయములో చేసే ప్రతీ కడలికవల్లనూ, వాటి ఒకపిడి యెక్కువై

చరమస్థాయికి చేరి పురుషుడిలో స్కలనంగానూ, స్త్రీలో స్కలిత వీర్యం గర్భాశయకంఠంచే సంగ్రహింపబడటంగాను ముగుస్తుంది.

“వ్యక్తిస్వభావము, శరీర ప్రకృతి, వాతావరణాది పరిస్థితులు కామోదేక సాంద్రతపై కలిగించే ఫలితాలను ప్రక్కకు వేటి చూచినప్పటికీ స్త్రీ పురుషుల ఉదేకస్థాయిలో సామాన్యతవుండే అవకాశం లేదేమో అనిపిస్తుంది. ఏమయినా ఈ సమస్యను అంత తేలికగా పరిష్కరించలేము. ప్రతి సంధానంలోనూ స్త్రీ పురుషుల జననేంద్రియాలలో కలిగే అనుభూతులుకూడా ఒకే సాంద్రతలో ఉండవేమో! అన్ని దశలు సంపూర్ణత్వం లభ్యపడటంకూడా సాధ్యంకాకపోవచ్చు అలాగే అందరికీ ఒకేస్థాయిలో అనుభూతులు లభించకపోవచ్చును. కొందరికి శారీరక బాధ తీరినట్లనిపించినా కొందరికి శరీర బాధ (స్త్రీలకు) హెచ్చవచ్చు. కొందరికి (స్త్రీలకూడా) శారీరక, మానసిక తత్వానికి లభించవచ్చును.”

ఈ అభిప్రాయాలతో మనకూడా ప్రకీర్ణించవచ్చును. ప్రాచీన యుగము దంపతులలో ఏ ఒకరికో ఎక్కువసుఖం ఎందువల్ల కలుగుతున్నదో కనిపెట్టటానికి ప్రయత్నించి విఫలమయ్యారు. కనుక సాధ్యమయినంతవరకు సంప్రయోగమైనా పుణ్యాన్ని సాధించే విధానం చెప్పకోవటమే మనపని.

కొందరు 'వీర్యసప్తం, గురించి భయోత్పాతంగా పన్ని

స్తాడు. స్థూలనంతో పురుషుడు బలాన్ని, తేజస్సును, ఆయు
వునూ పోగొట్టుకుంటాడని బ్రహ్మచర్యంపల్లనే అవి లభిస్తా
యని అంటారు. నిజంగా ఈ నష్టం నష్టమేకాదు. పరోక్షంగా
ఇది లాభమే. నిలవవున్న వీర్యంలో జీవభాతువులు నశించిపో
తాయి. కనుక పాతవీర్యంపోయి కొత్త విత్తనాలు తయారై
కావటంపల్ల లాభంకాదా? ఆ సమయంలో ఊరే హఠాత్తుల
పల్ల తేజస్సు పెరగదా? కనుక వీర్యవృద్ధిగురించి ఎప్పుడూ
చింతించనవసరంలేదు. గృహస్థులకన్నా యే బ్రహ్మచారి
యెక్కువ కాలము బ్రతకలేడను సత్యాన్ని గమనించండి.

కొందరంటున్నారు- భావప్రాప్తి సమయంలో పురుషుని
వలె శ్రీ వీర్యకణాలను విడుదలచేయలేదుగనుక ఆమె పురు
షునికన్నా యెక్కువకాలం బ్రతుకుతుందని! అది చాలాతప్పు.
శ్రీలకన్నా పురుషులకే ఆయుర్దాయం యెక్కువ. కనుక వారి
వీర్యవతనానికీ, దీర్ఘాయుష్షుకీ సంబంధంలేదని ఘంటాసధంగా
చెప్పవచ్చును.

రతివలన దుఃఖం కలుగుతుందని కొందరు వాదిస్తు
న్నారు. ఇది శుద్ధతప్పు. జంతువులేవీ రత్యనంతరం రోధించవు.
అలాగే పురుషులుకూడా. యెటొచ్చి యెవరికయినా యేదైనా
విచారం కలిగిందంటే తనకు తృప్తి కలగలేదనో, లేక తన
భార్యను తృప్తిపరచలేకపోయినందుకోగాని, స్వతహాగాకాదు.
ముఖ్యంగా శిశుస్థూలనంతో బాధపడేవారు అంగవ్రేళ్ళ

మయినంతనే స్కరించినందువల్ల దుఃఖపడతారు. వారి ఆత్మ
 గౌరవం దెబ్బతింటుంది గనుక, అలాగే నిరోధక రతివల్ల కూడా
 శరీరం దెబ్బతినువచ్చు. ఒకవంక రతిని కొనసాగిస్తూ మరొక
 వంక స్కలనాన్ని నిరోధించటంవల్ల మానసికోద్రేకానికీ
 శరీరోద్రేకానికీ తత్కాంతి లభించక జాడపడటం ధర్మం.
 అంతేగాని సంత్వప్తి కరంగా రతిలో సమగ్రింగా పాల్గొనేవారు
 దుఃఖపడతారనేది అసత్యం.

ఒకతరంకితం ఒక లేడీడాక్టరు దంపతులు. స్కూలనం జరగకుండానే ఎంతసేపయినా రతిలో పాల్గొనే విధానాన్ని ప్రజలకు పరిచయంచేశారు. ఈ విధానానికి 'కరెజ్జా' అని ఆమె పేరు పెట్టారు. కరెజ్జా అంటే వై వాహిక నీతి అని అర్థం.

ఈ విధానాన్ని పాశ్చాత్యుల్లో మొదట కనిపెట్టినవాడు జాన్స్ డబ్ల్యు. థరతఖాడంలో శ్రీకృష్ణపరమాత్మ దీనిని కనిపెట్టాడు ఊర్ధ్వరేతస్కృత అని భారతీయులు అంటారు. శ్రీకృష్ణుడు ఊర్ధ్వరేతస్కుడై పదహారు వేలమంది గోపికల్ని సంతోషపెట్టాడని పురాణాలు చెపుతున్నాయి.

చాలాకాలం క్రిందట న్యూ యార్కు లో 'బనీడా' అనే జాతి ఉండేది. చారి మతధర్మం ప్రకారం స్కూలనం కాకుండా రతి జరపటం మర్యాద. శ్రీ శరీరం కేవలం పిల్లల్ని కనే యంత్రం కాదనీ, ఆమెకూ సుఖసంతోషాలు ఉండాలనీ ఆమెతాధిపతులన్నారు కనుక కేవలం సంతానంకోసం కాకుండా శ్రీ పురుషులకు బ్రహ్మానందం కలగాలంటే స్కూలనంలేని రతిమాత్రమే జరగాలన్నారు. శ్రీ పురుష జననాంగాలకు కొన్ని సాంఘికనియమాలను విధించారు. సంతానంకోసం

జరిగే సంవత్సరం వేరూ, దైహిక ఆనందంకోసం జరిగే సంవత్సరం వేరూ అన్నాడు. ఇంచుమించు ఇది భారత దేశచరిత్రలో విలసిల్లిన శాస్త్రేయ, మధురభక్తి, వల్లభాచార్యుల మతాలను తులనాగుతుంది అయితే ఒకటి మతంలో సహా ఈ మతాలన్న పరమభక్తులైన వారి మనసభ్యులకే ఈ విధానాన్ని పరిమితం చేశాయి. అందులో పాల్గొనే సభ్యులు భార్యాభర్తలు కానఖరలేను. కాపూడదుకూడా అయితే జగత్స్వేచ్ఛామాత్రం ఈ విధానాన్ని భార్యాభర్తలకామాత్రమే పరిమితం చేశాడు యే విధమైన గర్భనిరోధక పరికరానూ వాడకుండా గర్భనిరోధాన్ని సాధించవచ్చు

బి) పాల్ట్ ఈ విధానాన్ని తీవ్రంగా శిండిస్తూ యిలా అన్నాడు "...త్రీ సంవత్సరానికి కామప్రేరణకీ దూరంగా ఉంటూ, నిత్యమూ చచ్చిపోతున్నావో కామాన్ని అణచుకునేవారున్నారు. వారిలో కామం ఏ విధంగా చచ్చిపోతుందో అదేవిధంగా ఈ విధానంలోకూడా సాంఘికంగానూ, సంప్రదాయకంగానూ కామాన్ని అణచుకోవటం జరుగుతుందిగనుక వీరికీ కామం చచ్చిపోతుంది... సామీక నపుంసకత్వం పోవటానికి సరియైన చికిత్స ఆ సంపతులు నిత్యమూ రతి జరుపుకోవటమేనని వైద్యశాస్త్రం చెబుతోంది కామశాస్త్రం చెబుతున్నాయి ఈ లెఖలో ఒకడాశాని మతోన్మాదుల అనుభవంకూడా సగటు ఆంగ్లో అమెరికన్ పూర్వరిటనుల అనుభ

పంతో తులతూగుతుండని వేరే చెప్పనఖరలేదు.”

ఆంగ్లో ఆమెరికను పూర్వరిటనులు బ్రహ్మచర్యవాదులు గార్హస్థ్యసన్యాసం వీరి మతం; అనగా గృహస్థాశ్రమంలో ఉంటూనే, కామాన్ని ద్వేషిస్తూ తప్పనిసరి అయినప్పుడు కేవలం కామబాధని వదిలించుకోవటానికే దాంపత్యం నెరపాలని వారి నిశ్చయం. ఈ పూర్వరిటనిజమే హిందువులలో స్మార్త బ్రాహ్మణులు అనుసంహరించారు. తలకు నగం ముండనమూ చిన్న పిలకా దీనికి సంకేతం.

వీర్రాట్ దృక్పథాన్ని బట్టి ఆటుస్కర్తమూ ఇటు పల్లభ మతమూ ఒకేవిధంగా పురుషుని పుంసత్వాన్ని ధ్వంసంచేస్తాయని చెప్పుకోవలసివుంది.

శ్రీమతి స్టాక్ హం దీనిని పాశ్చాత్యదేశాలలో బాగా ప్రచారం చేశారు. ఆమె లేడీడాక్టర్ కుండబంపల్ల స్త్రీలంతా ఆమె మతాన్ని స్వీకరించారు. భర్తలావిణంగా అనుసరించేటట్లు ఒత్తిడిచేశారు. నిజంగా సుఖించారాకూడా. స్త్రీలకిది వర ప్రసాదమని వేరే చెప్పవలసిన పనిలేదు.

శ్రీమతి డాక్టర్ స్టాక్ హం ప్రవేశపెట్టిన ఈ రతవిధానం, ఆమె వేదాంతదృక్పథంలో ఒక భాగంమాత్రమే. ఆమె అభిప్రాయాలు చాలావరకూ హిందువులనుండి గ్రహించినవే. ఆమె సిద్ధాంతం ప్రకారం సామాన్యంగా రతి భార్యాభర్తలిద్దరికీ అనంతమైతరంగా ముగియటం జరుగుతుంది. భర్తలో

కామానుభూతులు మేల్కొంటున్న సమయంలో భర్త స్కరించి ఆమెకు అసంతృప్తి నీ, దుఃఖాన్నీ కలిగిస్తున్నాడు. పర్యవసానంగా శ్రీయొక్క శారీరక, ఆధ్యాత్మిక ఆరోగ్యాలు పూర్తిగా చెడిపోతున్నాయి కనుక పరాకాష్ట లేకుండా రతిజరిపేవిధానం ఈ కారెజ్జాలో ఇమిడివుంది. ఉభయులలోనూ వృజనాత్మక శక్తి (బ్రహ్మత్వం) ఈ విధానంవల్ల ఏమాత్రం వ్యయంకాదు. కనుక అది సుగుణమే. వీర్యం పురుషుని శరీరంలోనే ఇగిలిపోవటంవల్ల ఆతని జీవశక్తి పెంపొంది దీర్ఘాయువు లభిస్తుందని-వారి విశ్వాసం.

కనుక "కరెజ్జా" గురించి కొంత ఆలోచించటం, పరిశీలించటం అవసరం. ఈ కలయికకు ముందు కొన్ని రోజులపాటు గున్నాహం (ప్రిపరేషన్) అవసరం. ఏదంపతులయితే యిందులో పాల్గొడలచుకున్నారో వారు కొన్ని గ్రంథాలను ఆ రోజుల్లో చదవాలి. కొంత తపస్సు (మెడిటేషన్) కూడా చెయ్యాలి. అలా కొన్ని రోజులు ఇందియనిగ్రహంతో గ్రంథ పఠనంలోనూ, తపస్సులోనూ గడిపినతర్వాత తొలిసారి యీ విధానంలో రతిజరిపేరోజు నిర్ణయించబడుతుంది. ఈ విధంగా గ్రంథపఠనంలోనూ, తపస్సులోనూ, నియమస్థలతోనూ గడిపినందువల్ల ఈ దంపతులిద్దరికీ శరీరం స్వాధీనమవుతుంది. ఆధ్యాత్మిక ఔన్నత్యం లభ్యమవుతుంది, ఇక రతి జరుపుకునేముందు కూడా ఉభయులూ గ్రంథపఠనంచేస్తారు. బ్రానింగ్, ఎమర్సన్,

కార్పెంటర్ వంటి తత్వవేత్తల గ్రంథాలు చదువుతారు. ౪౩
సన్నాహంలో ఉండేవాళ్ళు శారీరకంగానూ, మానసికంగానూ
అలిసిపోకూడదని తాత్పర్యం. అంగప్రవేశంచేసినతర్వాత స్థిర
చిత్తంతో, స్థిరశరీరంతో ఉపవిష్టులవుతారు. ఎవరేమాత్రం
చిన్న కదలికచేసినా, దానిని జాగ్రత్తగా అదుపులో ఉంచుకుం
టారు. దానివల్ల కామప్రేరణ ఏమాత్రం యెక్కువ కాకూడదు
మరికొన్ని శారీరక సంచలనాలకు దారితీయకూడదు.

ఈ విధంగా ఉభయాంగాలు ఒకదానిలో ఒకటి లీనమై
ఉండటానికి అరగంటనుంచి, గంటవరకూ అనుమతించబడు
తుంది. మగవాడు తన ఇంద్రియాన్ని యెట్టిపరిస్థితులలోనూ
విడుదల చెయ్యకూడదు. దంపతులిద్దరూ విడిపోయ్యాక వారి
లోని కామం చల్లారటానికి ఒక గంటసేపు విశ్రాంతి తీసు
కోవచ్చు.

రక్షిసమయంలో మగవాడు తన శారీరక సంచలనాలను
నిరోధించుకోలేని పరిస్థితి ఏర్పడినా, వీర్యస్కలనాన్ని ఆపుచేసు
కోలేని పరిస్థితి ఏర్పడినవెంటనే తన అంగాన్ని ఉపసంహరించు
కుని, ఆమెతో భక్తి, వేదాంతవిషయాలను చర్చించవచ్చును.
ఇలా చేయటంవల్ల కామోద్రేకం అణచుకోలేని దశలో ఉన్న
అతగాడు తన మనస్సును అదుపులో పెట్టుకోగలడు. దానితో
అతనిలోని కామోద్రేకంకూడా అదుపులోకివస్తుంది. కామాన్ని
అదుపులో ఉంచుకోలేని దశలో ఈ సమాజంవారు ఈ దిగువ

మంత్రం మననం చేస్తారు-

“మనం జీస్తున్న ఆధ్యాత్మికజీవులం. మన శరీరాలు ఆత్మైక్యానికి సంకేతం. ఈ సన్నిహితస్వర్నద్వారా ప్రతి ఒకరం రెండవవారికీ, తద్వారా ప్రపంచానికీ పనికివచ్చే బలాన్ని సాధిస్తాము.”

ఈ విధంగా వసిహేనురోజులకు ఒకసారిగాని, నెల్లాళ్ళకు ఒకసారిగాని ఈ రకం రతని ఆచారస్త్రీచాలు ఉభయులూ సం తృప్తిగా ఉంటారు.

గోభిలుడు మున్నగు పురుషుల గృహ్యసూత్రాలనుబట్టి చూసికట్టయితే మంగళిన్నానంచేసిన వధువుయొక్క యోనిని వదుడు మొడటిరకం సురతో కడుగుతూ ‘కామా! నీ పేరు నాకు తెలుసు. నీ పేరే మదం!’ అంటూ మంత్రబ్రాహ్మణు లోని (I, 1, 2) మంత్రాన్ని చదివే ఆచారం వుండేది.

ఆ తర్వాత వధూవదులిద్దరికీ అభ్యంగనన్నానంచేయించి గోభృతీసి, ఇద్దరినీ గదిలోకి పంపుతారు. ఆ గదిలో ఆ మూడు రోజులూ ఒకరినొకరు ఏమీ చేయకుండా, ఒకరిపక్కనొకరు పడుకోవాలి. ఇది ఇంద్రియనిగ్రహంకోసం జరిగే ప్రధమపాఠం.

నాల్గవరోజురాత్రి ఆమెను వివస్త్రనుచేసి, తానుకూడా వివస్త్రుడై, ఆమె యోనిని కుడిచేతితో స్పర్శించి “విష్ణువు నీ గర్భకోశాన్ని సంసిద్ధం చేయుగాక!” అంటూ (మం. బ్రా. 4. 6) మంత్రం చెప్పి, “గర్భాన్ని కలిగించు, ఓసిసివాలీ!”

అంటూ (మం. బ్రా. I, 1. 7) మంత్రాన్ని జపిస్తూ రతిని జరుపుతారు. ఈ మంత్రాన్ని జపించటంద్వారా మనస్సు నిగ్రహింపబడుతుంది. గనుక ఆమెకు ప్రేరణ, సంత్వప్తి లభించే దాకా అతను నిగ్రహించుకోగలడు. అనంతరం స్కలనంతో రతి ముగుస్తుంది.

అయితే ఒకటి జాతివారుమాత్రం ఏ పరిస్థితులలోనూ స్కలనాన్ని అంగీకరించరు. స్కలనం జరగని రతికే వారు “ఇందిరిమనిగ్రహం” అని పేరు పెట్టారు. నదీప్రవాహంలోని మూడు దశలతో దీనికి పోల్చారు.

1. ఉత్పాతం- పైనుండి కిందికి పడే పరిస్థితి. 2. ఉద్వేగం- పైనుండి కిందికి పడబోయేముందు నదివేగంపెచ్చట. 3. ప్రశాంతి- మందంగా ఒడ్డులొరసి ప్రవహించటం.

ఈ సంకేతపదాల వ్యవహారాన్ని ఒకటి మతస్థులలో వకరు ఈ విధంగా వివరించారు.

‘నదిలో పడవను నదివేవాడెప్పుడూ తన పడవను ప్రశాంత జలాలలోనే తేలియాడేలాచేసుకుంటాడు. ఏవిధంగానూ జలపాతానికి ముందు నీరు ఉండే ఉద్వేగస్థితిలోకి ప్రవేశించటానికి ప్రయత్నించడు. అలా ప్రవేశించాడో పడవ అతని ఆధిపత్యంలో ఉండదు. ఎంత నిరోధించినా నీటి ఉద్వేగం దానిని జలపాతంలోకి లాక్కుపోయి, పాతాళానికి విసిరేస్తుంది. పడవ ముక్కచెక్కైతే బోతుంది. ఉద్వేగదశలో ప్రవాహానికి

ఎదురీడటం సాధ్యమయ్యే పనికాదుగదా! ఒక వేళ ఎదురీడటం జరిగినా అతని నరాలన్నీ అలసిపోతాయి కనుక బుద్ధిమంతుడవడై నా ప్రశాంత జలాలలోనే విహరించాలని చూడాలి. ఉద్యోగాన్నీ, పతనాన్నీ కోరితెచ్చుకోకూడదు. ఆ పతనంవల్ల తనకు వచ్చే నా లాభం ఉందని తోస్తే తప్ప.”

ఇదీ సిసలయిన “బ్రహ్మచర్యం”. సిసలయిన ‘ఇంద్రియ నిగ్రహం’ కూడా ఇదే; రానురాను హిందువుల్లో ఈ విషయం నశించింది. ఈనాడు ఉత్పర్వరేతస్కృత అంటే అర్ధంతెలియని వాళ్ళు చాలామంది ఉన్నారు. ఇంద్రియనిగ్రహమన్నా శ్రీ సంపర్కాన్ని పూర్తిగా విడిచిపెట్టటమన్న పొరబాటు అభిప్రాయం వ్యాప్తిలోకొచ్చింది.

‘ఇంద్రియనిగ్రహంతో’ పరిమితంగా రతిజరిపేవాడే ఏ ఆశ్రమంలోఉన్నా నిజమైన “బ్రహ్మచారి” అని మనువు చెప్పిన మాటలకు ఈనాటివారికి అర్థమే తెలియదు.

పాశ్చాత్యులకూడా ఈ విధానాన్ని పూర్తిగా విస్మరించారు కృత్రిమగర్భనిరోధక విధానాలు ఆచరణలోకి రావటమే దానికీ కారణం. వేసక్తమీ, ట్యూబెక్తమీలను చేయించుకున్నాక ప్రతిష్ఠంభితరతి (కోయిటస్ రిజర్వేటన్)ని జరపవలసిన ఆవశ్యకతలేకుండా పోయింది. హిందువుల ఇంద్రియనిగ్రహ సిద్ధాంతం (కరెజ్జ) వ్యాప్తిలోఉన్న రోజుల్లో మగవాళ్ళు ప్రతిష్ఠంభితరతిని అనుమతించేవారు. శ్రీలుకూడా ఆ దాంప

త్యంబో సుఖరంతృపుణ్ని పొందేవాడు. ఏ విధమైన సరాల వ్యాధులూ వారికి వచ్చేవికావు.

ఎప్పుడయితే ఈ విధానం ఆచరణలోంచి తొలగిపోయిందో, అంతకుపూర్వం సమాజంలో కనిపించని అవలక్షణాలన్నీ ఒకటొకటే వెల్లడిలోకి రావటం ప్రారంభించాయి. మగవాళ్ళు కనీసం అరగంటయినా రతిని జరపలేని తొండరపాటు ప్రవేశించింది మగవాళ్ళు ఈ తొండరపాటువల్ల ఆడవాళ్ళల్లో జడత్వం (ఫ్రీజిటిటీ) ప్రవేశించింది. మగవాడికి శీఘ్రస్కలనం యెప్పుడైతే ప్రవేశించిందో స్త్రీకి భావప్రాప్తి కలగటానికి తగినంత సమయం రతిలో ఉండటంలేదని తేలిపోయింది. కరెజ్జాలో మగవాడు స్కలనాన్ని నిరోధించుకునే మాటనిజమే. కాని, స్త్రీలకుమాత్రం భావపరంపర భించేది. స్త్రీలు రతిలో తమ ఉద్రేకాన్ని ఏ విధంగానూ వెలడించకుండానే ఆ నిశ్చలస్థితిలోనే భావప్రాప్తుల్ని పొందగలరు. ఈ విధంగా స్త్రీజాతి ఆరోగ్యం ఆరోజుల్లో కాపాడబడింది. ఇక “పురుషాశ్చంద్రియ నిగ్రహ” విధానంవల్ల మగవాడు తన స్తంభనయంత్రాంగాన్ని అడుపులోకి తెచ్చుకోగలిగేవాడు; అలాగే తనకు స్కలన కాకుండా ఎంతసేపయినా ఇంద్రియాన్ని పట్టికొంచేవాడు.

విమర్శ

యెక్కువసేపు మగవాడు తన జననాంగాన్ని స్తంభింప

జేసి ఉంచటం మొదట్లో చాలా కష్టమైన ప్రక్రియగానే ఉంటుంది ఆ వేశాన్ని అదుపుచేసుకుంటే అదేమంత కష్టమైన విద్యకాదు.

గర్భోత్పాదన చేయడలచుకుంటేతప్ప రతిసమయంలో స్కలించరాదన్న సిద్ధాంతం చాలా ప్రమాదకరమైనమాట నిజమే. అయితే ఒకడాజాతివారు మతరీత్యా భార్యభర్త అన్న వివక్షత లేకుండా ఉత్సవాలలో రతిలో పాల్గొనేవారు; అలాగే శాక్తేయులు, మధురభక్తి మతస్థులు, వల్లభాచార్య మతస్థులు, శాటర్నేలియా పండగలో క్రైస్తవులు, శివరాత్రి నాడు శైవులు మూకఉమ్మడిరతి (ఆర్జీ)లో పాల్గొనే ఆచారాలు పూర్వకాలంలో ఉండేవి. అలాంటి సందర్భాలలోనే ఈ స్కలనరహితమైన రతిని అమలుజరిపేవారు. తిరిగి వారివారి గృహస్థాశ్రమాల్లోకి పోయినప్పుడు కరెజ్జా రతి అనంతరం స్కలించటం జరిగేది. కనుక ప్రమాదంలేదు.

అలాకాక ఇంటాబయటా యెల్లప్పుడూ అస్కలితరతినే ఆచరించినట్లయితే ప్రోస్టిట్యూషన్, శుక్రకోశాలు కామరసాలతో నిండిపోయి, ఉబ్బిపోవటం, వాటిల్లోకి నూత్నకీములు ప్రవేశించి, నానా వ్యాధుల్ని తెచ్చిపెట్టి మగవాడిఆరోగ్యాన్ని నాశనంచేయటం జరుగుతాయి. కనుక ఆ పద్ధతి మంచిదికాదు.

కొత్తగా భార్య కాపురానికి వచ్చినరోజుల్లో ఈ విధానం ఆచరించకూడదని విజ్ఞులు చెబుతున్నారు. కామనాహంతో

సరితరించే యువకుడిని స్థానావ్రూ కూర్చోవలసిన ఈ విధానాన్ని అవలంబించునటం అన్యాయమని వారి అభిప్రాయం. వారి చెల్లాటకీ, చెలగాటాటకీ ఈ విధానం ఆవరోధమవుతందని వారంటున్నారు. కొన్నేళ్ళపాటు కామమఖాలను అనుభవించి, కొంతమందిపిల్ల ల్ని కని, క్రమంగా కామోద్రేకం సడలిపోతున్నవారు దీనిని అవలంబించాలేకాని యువకులు కాదని పిర్ అభిప్రాయం.

కాని, కనా¹ యువకులు ముఖ్యంగా ఇండియావంటి ఉష్ణమండలాలకు చెందిన యువకులు వివాహానాటికే అత్యధికంగా గృహంరతికి పాల్గొని కామంలో సుర్పలత్వాన్ని పొందుతూనే ఉన్నారుగదా! కనుక వారు విధిగా అనుసరించాలని మా అభిప్రాయం. అయితే, వధువుకు సంవర్కం కొత్త అయిన పరిస్థితుల్లో దీనితో ప్రాగంభించకూడదు. కొన్నాళ్ళు మామూలుగా సంసారంచేసిన తర్వాతనే దీనిని ప్రాగంభించవచ్చు.

అయితే అస్కలితరతి: మాత్రం యువకులు ఆచరించకూడదు. అలా ఆచరించినట్లయితే నరాలదుర్బలత్వం, నిస్త్రాణ, చికాకు, నిద్రలేమి, నిస్పృహ, మత్తుగా ఉండటం, మానసికంగా శృంగిపోవటం, పేరాఫ్లేషియా, ఒంట్లో నొప్పి ఒకచోటనుండి, ఒకచోటికి విస్తరిస్తూ ఉండటం ఇవగుతాయి.

ఇక్కడొక సందేహం అందరికీ సర్వసామాన్యంగా కలుగుతుంది స్కూలనం కాకుండా చదివి కొనసాగించటంవల్ల అతని

వీర్యం అతని శరీరంలోనే జీర్ణమై అతనికి ఓజస్సును కలిగిస్తుంది కదా అని.

అలా ఒక్కనాటికీ జరగదు. అలా జరగటమే నిజమైతే మనిషికి స్వప్న స్కలనాలు రావలసినవనిలేదుగదా! కనుక వీర్యం శరీరంలో హరించుకుపోదు. ఎలాగోలాగ బయటకు పోతుంది. శరీరానికి ఓజస్సునిచ్చేది హార్మోనులేగాని, వీర్యం కాదు. హార్మోనులు రక్తంలోకి, వీర్యం శుక్రకోశాలలోకి వెళ్ళటం, ఆ వీర్యమే రతిలోగాని, స్వప్నాల్లోగాని బయటకు పోవటం జరుగుతాయి. పురుషశరీరానికి వీర్యాన్ని హరాయించుకునే గుణమే ఉంటే ఈ సృష్టి ప్రతిష్టంభించుకు పోతుంది. సంతానం కనాలంటే స్త్రీలకి చెంచాడు వీర్యంపొడూ దొరకదు

అయితే వీర్యానికి ఆ గుణంలేదా? ఉంది. అయితే ఆ గుణం మెట్టినింట కనిపించినట్లుగా పుట్టినింట కనిపించదు. మగవాడి వీర్యం స్త్రీ శరీరంచే హరింపబడుతుంది. ఆమెకే ఆ ఓజస్సునిస్తుంది. స్త్రీ శరీరానికి వీర్యాన్ని హరాయించుకునే గుణం ఉంది. పురుష శరీరానికాగుణం లేకపోవటం సృష్టివిశేషమే కనుక మగవాడి వీర్యం మగవాడి శరీరంలో నిలవవుండిపోతే ఏదో తేజస్సును, ఓజస్సును కలిగిస్తుందనుకోవటం తెలివితక్కువ దానిని నిశ్చింతగా వదులుకోవటమే మంచిది. దానివల్ల స్త్రీల అండచందాలు పెరుగుతాయిగనుక వారికి దానం చెయ్యటమూ మంచిదే.

మరొక్క ముఖ్యవిషయం మీకు మనవిచేస్తున్నాను. మంచి యవ్వనంకో ఉన్న కుర్రవానికి స్త్రీ హార్మోను యెక్కువగా వుంటుంది కనుక వీర్యంలో కలిసి విడుదలయ్యే పురుష హార్మోనును ఆమె శరీరం గ్రహించటంవల్ల ఆమెకు సావ్యవం పెంపొందుతుంది. ఆ పిల్ల కళకళలాడుతూ వుంటుంది. అదే స్త్రీ నడివయస్సు దాటి వృద్ధాప్యంలో ప్రవేశించేసరికి ఆమెలో స్త్రీహార్మోను రాశి తగ్గి, పురుషహార్మోనురాశి పెరగటం, దాని కిది తోడవటంతో ఆమెకు నూనూలుమీసాలు వస్తాయి.

పోతే అర్థులితరతివల్ల మగవాడి శుక్రకోశాలు ప్రోస్టేటుగ్రింధి కామరసాలతో పోటెక్కుతాయని చెప్పుకున్నాంగదా! ముందు ప్రోస్టేటుగ్రింధి శ్వభావశ్వరూపాలగురించి చెప్పుకుందాం. ఈ గ్రింధిలో చాలా ఉపగ్రంథులున్నాయి. చిన్న ద్రాక్షవళ్యగుత్తిలా ఉంటుంది. ఆ ద్రాక్షవళ్యన్నీ ఒక కాడకు అంటిపెట్టుకు ఉంటాయిగదా! ఆ కాడ గుల్లగా ఉండనుకోండి. ఈ ద్రాక్షవళ్యకి ఒత్తిడి కలిగినందువల్ల వాటిల్లోని రసం చిన్నకాడలద్వారా పెద్దకాడలోకి ప్రవేశించిందనుకుందాం ద్రాక్షవళ్యమీద ఉన్న పొరయే ఈ ఉపగ్రంథులమీద ఉండే కండరాలని అనుకోండి. మొత్తం ప్రోస్టేటుగ్రింధిచుట్టి మరో పెద్దకండరం ఉంటుందిగదా! ఆ కండరం కుంచించుకున్నట్లయితే ఈ చిన్నకండరాలన్నీ సంకోచిస్తాయి. కనుక ప్రోస్టేటుగ్రింధిలో రెండురకాల కండరాలున్నాయి. పెద్దగ్రింధిని చుట్టి

ఉండేవి; చిన్న గ్రంథులకు ఏ గ్రంథికాగ్రంథిని చుట్టిఉండే అని అన్నీ ఏకకాలమందు పనిచేస్తాయి రతిరమయంలో ముందుగా ఉపగ్రంథుల కండరాలు ముడుచుకుని తమలోని రసాన్ని చిన్న కాలువలద్వారా నడిమిగొట్టంలోకి పంపిస్తాయి. అది నిండేసరికి స్కలించవలసిన ప్రేరణ లభిస్తుంది. అప్పుడు పెద్దకండరాలు సంకోచించి అటు శుక్రకోశాలనుండి విడుదలయిన శుక్రంతో కలిసి ఈ ప్రోస్టేటుగ్రంథి స్రావంకూడా వీర్యవాహికద్వారా శిశ్నంనుంచి బయటకువచ్చేటట్టుచేస్తాయి. ఆ కండర సంకోచక శక్తి వల్లనే ఈ వీర్యం జల్లులుజల్లులుగా దూరానికి వినరివేయ బడుతుంది. రతికిముందు, రతిరమయంలోనూ ఈ ప్రోస్టేటు గ్రంథి ఉబ్బిఉంటుందిగనుక, స్కలనం అయిపోగానే తిరిగి ముడుచుకుపోతుంది.

అస్కలిత రతిని ఆచరించటంవల్ల యీ ప్రోస్టేటుగ్రంథి కండరాలకు ప్రమాదం కలుగుతుందని డాక్టర్ హిష్ అన్నాడు అవి స్కలనంద్వారా చక్షున ముడుచుకోవటానికి చూస్తాయి. స్కలనం జరగదుగావున వాటికా అవకాశం లభించదు. వాటి లోపల సంకోచకప్రేరణ కలుగుతూనే ఉంటుంది. ఈ ప్రేరణ రిఫ్లెక్సుచర్యవల్ల పుట్టిన కొన్ని విషవదార్థాల రసాయనికప్రభావంవల్ల కలుగుతుంది. అయినా దానిని అణచివేయటంతో ఆ కండరాలకు సంకోచకశక్తి నశించిపోతుంది. కండరాలు లబిసి పోవటం, కండరధాతువులు సాగిపోవటం జరుగుతాయని

డాక్టర్ హిష్ అన్నాడు.

ప్రొస్ట్యుగ్రింధిలోఉండే జ్ఞాననాడులచిగుళ్ళు ఈ ఆస్తు పదార్థాలవల్ల చెడి ఉదేకాన్ని ప్రసరించే శక్తిని పోగొట్టు కంటాయన్నాడు. కాలం జరుగుతున్నకొద్దీ ప్రొస్ట్యుగ్రింధి తన సంకోచకశక్తిని పోగొట్టుకుని, క్రమక్రమంగా ఉబ్బిపోయి చాలా పెద్దదై పోతుందన్నాడు. ఆ దశలో పురీషనాళంలోంచి వేలు వొప్పించి దానిని స్పర్శించినట్లయితే అది మరీ పెద్దది గానూ, స్పంజవలె మెత్తగానూ ఉన్నట్లు తెలిసిపోతుంది. దానిపై ఏ పాటి చిన్న ఒత్తిడి కలిగించినా ఈ పాలవంటితెల్లని పదార్థం శిశ్నంద్వారా బయటకు వచ్చేస్తుంది. దానిని మైకో స్కాపులో పరీక్షించినట్లయితే యెక్కువగా స్లేష్ముమూ నూత్నక్రిములరాశి, బ్రతికినవీ చచ్చినవీ కొన్ని వీర్యకణాలు కనిపిస్తాయి; యీ నూత్నక్రిములు కలిగించే విషమే లింఫ టికోలలోకి ప్రవేశించి శరీరంలో బలహీనమైన ప్రదేశాల్లో చేరి తన ప్రభావం చూపిస్తుంది. చాలామందికి వచ్చే కీళ్ళ నొప్పులు యీ రకం నూత్నక్రిములవల్ల కలిగినవే— అని డాక్టర్ హిష్ అన్నాడు.

యీ లక్షణాలనే ప్రొస్టేటోరియా అంటాము. ఇది అస్కరితరతి జరిపినందువల్ల నేవస్తుందనుకోకూడదు. అస్కరితి బ్రహ్మచరం పాటించేవాళ్ళకీ మలబద్ధం యెక్కువగా ఉన్న

వాళ్ళకీ, చివరికి మామూలు పద్ధతితో స్కూలిస్తూ సంసారం చేస్తున్న వాళ్ళకీకూడా వస్తుంది. కనుక అస్కలితరతి పర్యవసానంగానే వస్తుండని నిర్ణయించటం సరియైనదికాదు. సాధారణంగా ఏభయివళ్ళు వచ్చేసరికి ఈ ప్రొస్టేటుగ్రింధి సరిగా పని చేయలేని దుర్బలత్వం అందరికీ వస్తుంది. సూక్ష్మక్రిములు జననాంగంద్వారా ఆ ప్రొస్టేటుగ్రింధిలోకి ప్రవేశించే అవకాశం వున్నందున యీ ప్రొస్టేటోరియా రావటానికి అస్కలిత రతే కారణమనుకోవలసినది.

అదీగాక, అస్కలితరతి ఆనంతరం వెల్లుబికిపోయిన శుక్రకోశాలుగాని, ప్రొస్టేటుగ్రింధిరసాలుగాని అలా ఉండిపోతాయా? ప్రకృతి చూపించినమార్గం వాటికి ఉండనేఉంది. మూత్రకోశంలోకి పోయి మూత్రంలో కలిసిపోవచ్చు. లేదా ఆదేరాతి స్వన్నస్కలనం అయిపోనూవచ్చు. అంతేకాని ఏళ్ళ తరబడి అలా ఉండిపోవు అలా ఉండిపోతాయని భయపడవలసిన అవసరంలేదు అందుకే ఒసీడాజాతివారు ఈ “కరెజ్జా” చాలావయసు వచ్చేవరకూ అభ్యసించగలుగుతున్నారు. ఏభయివళ్ళు వచ్చేసరికి అందరికీ ఏ విధంగా ప్రొస్టేటుగ్రింధి చెడటం జరుగుతుందో వాళ్ళకీ అలాగే చెడటం జరుగుతోంది. కనుక వారు అవలంబించిన అస్కలిత రతే కారణమనుకోవలసినది.

పోతే, ఏర్పాన్ని స్కూలించకుండా నిలవవలెనుకోవటం

వల్ల లాభం ఏదయినా ఉందా అన్న అంశం గురించి డాక్టర్ హిర్ష్ అభిప్రాయాలు తెలుసుకుందాం. అస్కలితరతిని అభ్యసించేవారి వీర్యం ఏమయిపోతుంది? అది వారి రక్తంలోకి ప్రవేశించి వృద్ధిచేస్తోందా? వారి మెదడులోకి ప్రవేశించి స్మజనాత్మకశక్తిని ప్రేరేపిస్తోందా? ఈ వీర్యం తమ శరీరాల్లో నిలవ వుండిపోవటంవల్ల వారి శరీరబలం పెరిగిపోతోందా? అస్కలిత బ్రహ్మచారులు తమ ఇంద్రియవిగ్రహంవల్ల వై లాభాలన్నీ కలుగుతాయని విశ్వసిస్తున్నారు ఈ విశ్వాసంవల్లనే నిర్భేతుకమైన ఆలోచనలెన్నో పుట్టి అవి సిద్ధాంతాలయి కూర్చుని, పెద్ద గండరగోళాన్ని తెచ్చిపెడుతున్నాయి.

ఇంద్రియవిగ్రహంవల్ల తెలివిగాని, చురుతనంగాని పెరగవనేది నిర్వివాదాంశం కామానికే మకముని పేరు మనంవల్ల మత్తు మొద్దుతనంగాని చురుకు కలగదు

వీర్యం స్కలనంకాకుండా శరీరంలో ఉండిపోవటంవల్ల బలం కలుగుతుందా అన్న ప్రశ్నకు వేసక్తమీ చేయించుకుని భార్యలు పెంచుకుని కయ్యాసపడుతున్నవారే సాక్ష్యం. వారికి లేని బలం వీరికి ఎక్కడనుంచి వస్తుంది? ఇక వీర్యకణాలు రక్తంలోకి ప్రవేశించవన్న సత్యం రుజువైనదేకదా! కనుక యెంత నిగ్రహించుకున్నా రోజూ ఉత్పత్తి అయే వీర్యకణాలు ఉత్పత్తి కాకమానవు. ఉత్పత్తి అయినవి ఆయుర్దాయం పెల్లగానే చావకనూ మానవు. ప్రతి మనిషి శరీరంలోనూ ఫాగోసైట్స్ అని

ఉంటాయి. అవి శరీరంలోకి చొచ్చుకున్న సూక్ష్మజీవుల్ని చంపేస్తాయి. అవే ఈ వీర్యకణాలను కూడా ఆటోలిటిక్ ప్లాస్మెన్ ద్వారా జీర్ణించుకుంటాయి. జీర్ణమయితే అవుతుందిగాని, బలంరాదు.

సెమినల్ కాంప్లెక్సు

చాలామంది భయస్కునికి (న్యూరోటిక్) సెమినల్ కాంప్లెక్సు ఉంది. అనగా తాము శుక్లాన్ని నష్టపోయేమున్న మానసిక చింత, యువకులు నిద్రలోగాని, స్వయంగాగాని వీర్యాన్ని పోగొట్టుకుని తామేదో జీవపదార్థాన్ని పాడుచేసుకున్నామని ఆందోళనపడతారు. ఈ నష్టాన్ని భర్తీ చేసుకోవటంకోసం కామానుభవాన్ని తప్పించుకు తిరుగుతారు. ఈ రకమైన మానసిక పరివర్తనలేనివారినిమాత్రమే ఇందిరియనిగ్రహసిద్ధాంతం బాగా ఆకర్షిస్తుంది. తమ భర్తల అరచుర్ధతకు అజ్ఞానమే కారణమని శ్రీలనుకోరు; వీర్యం దుర్వ్యయమే కారణమనుకొని వారు కూడా సమ్మతిస్తారు.

ఒకసారి మా జంవేరు, వారి విదానాలు సెక్సుకమ్యూనిజానికి సంబంధించినవి. శ్రీ పురుషులంతా భార్యాభర్తలన్న విచక్షణలేకుండా పరస్పరం మార్చుకుని సంగమిస్తారుగావున, అట్టి సంగమంవల్ల అనవసరపు గర్భోత్పత్తి కాకుండా జాగ్రత్తపడటంకోసమే స్కలనాన్ని నిషేధించారు. న్యాయంగా దానిని

నిషేధించవలసిన అవసరంలేదు. కరెజ్జా రతిభంగిమలో వీర్య స్కలనం జరిగినప్పటికీ గర్భోత్పత్తి కాదు. కనుక అది గర్భనిరోధానికి దోహదం చేస్తుంది. త్రోకి రతిసుఖం యెలాగూ ఇవ్వనే ఇస్తుంది. అందుచేత భార్యాభర్తలే దీనిని ఆచరించవచ్చు. ముఖ్యంగా భార్య సుఖాన్ని కోరేవారూ, గర్భోత్పత్తిని వాయిదా వేయడలచుకున్నవారూ ఈ విధానమే అవలంబించడగ్గది. లేదా ఉపరతి అయినాసరే.

బ్రహ్మచర్యవాదులు మరో కొత్త సిద్ధాంతం చెపుతున్నారు కామగ్రింధుల్నీ, కన్నీటిగ్రింధుల్నీ వాళ్ళు పోల్చి చూస్తున్నారు అవసరం వచ్చినప్పుడు వినియోగపడటంకోసం కన్నీటిగ్రింధుల్నీ యెల్లప్పుడూ వాడుకోవలసిన పనిలేదనీ, అలాగే కామగ్రింధుల్నీ కూడా అనునిత్యమూ వినియోగించవలసిన పనిలేదనీ అంటున్నారు. అలా వినియోగిస్తేగాని కామం నిలబడదనే వాదం అర్ధరహితమన్నారు. రోజూ ఏడవకపోయినంతమాత్రాన కన్నీటిగ్రింధి పాడయిపోవటంలేదుగదా! కొన్నేళ్ళు మనిషి ఏడవకుండాపోయినా, ఆ అవసరంవచ్చినప్పుడు కన్నీళ్ళు వాటికవే కారటంలేదా? అలాగే ఎన్నేళ్ళు కామాన్ని అనుభవించకుండాపోయినా యేమీ ప్రమాదంలేదు ఆ గ్రింధికిగాని, ఆ వ్యక్తి కామసామర్థ్యానికిగాని వచ్చే నష్టమేదీలేదు అంటున్నారు.

ఈ రకం తర్కంలో చాలా దోషాలున్నాయి. మొద

టిది— కామగ్రంధుల్ని కన్నీటిగ్రంధుల్ని పోల్చుటమేతప్ప. ఐదుటగ్రంధులకీ కన్నీటిగ్రంధులకీ పోలికలేదే! వాతాశరణ పీడనం తగ్గితే ఐదుటవట్టేస్తుంది కన్నీళ్లుకావు. ఒకే సీటివంటి పదార్థాలను విడువలచేసే ఈ రొడురకాల గ్రంధుల్లోనే ఇంత తేడావుంది. పైగా ఇవి బాహ్యగ్రంధులు, కామగ్రంధులు అంతర్గ్రంధులు. అందువలనా పురుషాండాలు (పెస్టికల్లు) వీర్యకణాలవంటి ఘనపదార్థాల్ని తయారుచేస్తాయి. కన్నీటి ఉత్పత్తి చాలా తేలిక. బీజాల ఉత్పత్తి చాలా సంకీర్ణమైన ప్రక్రియ మనిషిని తయారుచేసే బీజానికి, నీళ్ళని ఉత్పత్తిచేసే కన్నీటిగ్రంధులకీ పోలికయేమిటి?

రెండవది. మనిషి తనంతగా కోరి ఆశుగ్రంధుల్ని పిలవడుగాని, ఆ సమయం వచ్చినప్పుడు వాటికనే పనిచేస్తాయి గదా అంటాడు అదికూడా తప్పే కన్నీటిగ్రంధులు ఎల్లప్పుడూ పనిచేస్తూనేఉంటాయి. కంటి ఉపరితలాన్ని పరిశుభ్రంగా ఉంచేందుకు అవసరమైనంత తేమనే అవి యెల్లప్పుడూ చిమ్ముతూనే వుంటాయి. కనురెప్పల ఆనునిత్య చలనంవల్ల కళ్ళు మంటలెక్కకుండా ఆ తేమ జారుడుపడదార్దంలా (లూబ్రికేంట్లు) వినియోగపడుతుంది. మట్టిరేణువుల్నికూడా యెప్పటికప్పుడు తుడిచేస్తుంది. కనుక కన్నీటిగ్రంధులు కొన్నేళ్ళదాకా పనిచేయకుండా ఉంటాయన్న సిద్ధాంతం కరెక్టుకాదు.

ఈ పెద్దమనుష్యుల దృష్టిలో యేడవటమూ, గుంభోగిం

చటమూ ఒక్కలాంటివే అయినందుకు విచారిస్తున్నాము.
‘యేకో యేడస్తున్నాడులే అని విడిచిపెడదామనుకున్నా,
దానత్యానందం లభించక నిజంగా ఏదో భార్యలున్నాడు
గదా! వాళ్ళ గోల ఏంకాదు?

అనుగ్రంథులను అంటివున్న నరాలప్రేరణ ఉంటే
చాలు కన్నీళ్లు వరదలై ప్రవహిస్తాయి. కామోద్యోగం కలగ
టానికీకూడా అమాత్యం సరిపోతుందిగాని, సంభోగం జరగ
టానికీ చాలదు యెన్నో కండరాల సమష్టికృషివుంటేగాని
సంభోగం జరగదు అదే సమయంలో ప్రోస్తేటుగ్రంథి శుక్ర
కోశాలు, మూత్రవాహికాంతర్గతగ్రంథులు, వెన్నుపూసనుంచి
వచ్చే నరాలు, మెదడునుంచివచ్చే నరాలు కలిసిపనిచేయ్యాలి.
సమస్త జ్ఞానేంద్రియాలు, కర్మేంద్రియాలు పనిచేయ్యాలి.
మొత్తం శరీరమే యేకమై పనిచేయ్యాలి

అలాంటి రకీ, యేడ్వటానికీ పోలిక యేమిటి?

దుబాయిన్ విధానం

కామదుర్బలత్వానికి చికిత్సగా డాక్టర్ దుబాయిన్
ప్రతేక పెట్టిన విధానం పికటుంది. డాక్టర్ తన అభిప్రాయా
లను చెపుతాడు పేషెంటు వాటిని ఆక్షరాలానిజమనినమ్మాలి
అలా నమ్మినందువల్ల ఆ అభిప్రాయాలు అతని బుర్రలో స్థిర
పడిపోతాయి. అలా స్థిరపడిన తర్వాత ఆ పేషెంటు అవలం

బించే జీవితవిధానంలో ఆ భావాలు ఉపయోగపడతాయి. ఇటీ
 డుబాయిన్ సిద్ధాంతం. డుబాయిన్ చికిత్సానివానం 'ఉబ్బో
 ధన' పై ఆధారపడివుంది. రోగి మనస్సుకు నచ్చేలాగ వాదం
 చేసేవాడు. హేతుబద్ధంగా తర్కించేవాడు. ఆ విధంగా ఆ రోగి
 తనగురించి అనుకుంటున్న చిన్న నిరాధారాలనీ, కేవలం ఊహించు
 కుకుని తెచ్చి పెట్టుకున్న వే అనే దుజువు చేసేవాడు. మానసిక
 బాధ్యాలను సమూలంగా హేతువాదమే రూపుమాపగలగని
 ఆయన సిద్ధాంతం నూచన (నెజ్జెరన్) వల్ల ప్రయోజనం లేద
 న్నాడు. ఏ విషయాన్నీ సూచనప్రాయంగా చెప్పకూడదన్నాడు.
 అతనికి కావలసిన కొత్తవిశ్మయ 1. సామ్యోధారాలతో కూడిన
 బోధన (పెర్సన్) 2. దుజువుపరచుట (డిమాన్స్ట్రేషన్)
 3. తార్కికప్రతిస్థాపనము (లాజికల్ ఇన్ డక్షన్) 4. హృద
 యాన్ని స్పృశించే హేతువాదము (సెన్సిటివ్) అను నాలుగు
 విధానాలద్వారా సాధించాలని అన్నాడు.

కొద్దిపాటి కండరాల అలసట, కొద్దిపాటి అజీర్న వ్యాధు
 లు, ఆకస్మిక కండరసంకోచంతో కూడిన ములబద్దము, తరుచు
 మూత్రవిసర్జన, నిద్రలేమి— ఇవి మాత్రమే డుబాయిన్ విధా
 నంలో బాగుపడ్డాయట! ఆ బాగు యే తకాలం ఉండవో మనకు
 తెలియదు. అదైనా కొండరికే. కొండరికేమీ ప్రయోజనం
 కనబడలేదు. ఏదీ ఏమైనా త్రైవిధిక వ్యాధులకు సంబంధించినంత
 పరకూ డుబాయిన్ విధానం ఏమాత్రం పనిచేయలేదు.

ఆమె సహకారం తీసుకుని రెండురోజుల్లో వారికి నయం చేసి య్యవచ్చు. భార్య రానందనో, భార్యకు తెలియకూడదనో అంటారు.

అందుకే వాళ్ళ ఖర్చు అట్లా కాలుతోంది. వీళ్ళకి డుబాయిన్ విధానంలోతప్ప ఖచ్చితంగా చికిత్స చేసే అవకాశం లేదు. డుబాయిన్ విధానం విన్నంతవరకూ బాగానే వుంటుంది. ఆచరణలో పెట్టబోతే ఎక్కడవేసిన గొంగళీ అక్కడే వుంటుంది. ఈ డుబాయిన్ సిస్టం డ్యూబియస్ సిస్టంమై ఊరుకుంటుంది.

మగవాడు తన కామదుర్బలత్వం గురించి చెప్పేమాటలన్నీ పూర్తిగా నిజంకావు. అందులో కొంత దాపరికం వుంటుంది. కనుక అతని భార్యనుండి సమాచారం సేకరించాలి. ఆ దంపతులలో భార్య యొక్కతే మానసికంగా ఆరోగ్యంగా వుంటుంది. అలా యెందుకు సేకరించకూడదు?—అన్నప్రశ్నకు డుబాయిన్ ఇలా అన్నాడు—

‘వారి దాంపత్యజీవితానికి సంబంధించిన కామశాస్త్ర విషయాలను స్త్రీలనుంచి సేకరించటం కష్టం. వారికి సిగ్గుఎక్కువగా ఉంటుందిగదా! దానిని మనం గౌరవించాలి.’

ఈ మాటల్ని బట్టి ఈయనకే సిగ్గుక్కువ అని తేలిపోయింది. మేము అడిగిన దంపతుల్లో స్త్రీలే ఈ విషయాలను పురుషులకన్న యెక్కువ సిగ్గువిడిచి చెప్పారు. అలాగే మనం

ఇచ్చే నూచనల్ని కూడా వారు కిగ్గువిడిచి ఆచరించారు. నిజానికి వారే మన నూచనలప్రకారం తమ భర్తల్ని బాగుచేసుకున్నా రు. స్త్రీ పోరు పెడితేగాని మగవాడు డాక్టర్ దగ్గరకు రాడన్న సత్యం మాకు అనుభవైక వేద్యమే.

ఇక శీఘ్రస్కలనంగురించి డాక్టర్ డుబాయిస్ వ్యక్తం చేసిన అభిప్రాయాలను మీకు మనవిచేస్తున్నాను-

'ఇలాంటి కేసుల్లో మా పేషెంట్లకుండే భయాలనుకడిగి వెయ్యటానికీ నేనేమాత్రం సంజేహించను తన గతాన్నంతా అతను శుభ్రంగా తుడిచివేసుకోవాలి. పూర్వపుభయాలనన్నిటిని వదులుకోవాలి అతనికున్న వన్నీ అసవసరపు భయాలని కుండబిద్దలుకొట్టినట్లు చెప్పేస్తాను. అన్నివిధాలా అతనికి నమ్మకం కలిగించి, విజయంపై ఆశనుపుట్టించి, కామక్రీడ ఏమాత్రం కష్టంకాదని, సహజంగా తేలికైనదని నచ్చజెప్పి వంపేస్తాను."

ఆఖిందొక్కటే జయప్రదంగా జరుగుతుంది. పేషెంట్లు వెళ్ళిపోతాడు జయప్రదంగానే అంతవరకూ డాక్టర్ డుబాయిస్ చేసిన కడగటం తుడవటం, వదులుకోవటం— ఏమీ జరగవు. ఏమాత్రం కష్టంకాదని ఉవస్యసించటం వేరూ ఆచరణలో రుజువుకావటం వేరూకదా!

తైంగికప్రకృత్తి (సెక్సుఇన్ స్టింక్ట్) యొక్క ఉనికి, అది పనిచేసే విధానమూ డాక్టర్ డుబాయిస్ కి తెలియవు. కనుక

ఆయన ఏం చెప్పినా, ఎంతచెప్పినా ఆ పేషెంటు ఆయన గదిలో ఉన్నంతసేపే బాగుంటాయి. వాటిని ఆక్కడే వదిలేసి పేషెంటు వెళ్ళిపోతాడు.

మీకు ముందే మనవిచేశాను— ఈ విధానాన్ని మేము అవలంబించాముని, కాని, దానివల్ల యెవరూ బాగుపడలేదు, మనం గొంతునించుకుని “నీ పుంసత్వానికేమీ లోపంలేదు”ని యెంత సీపు అరిస్తే అంతగా మన కలతం బాగురుపోతుంది. కాని పేషెంటుకది వీరమెత్తుకూడా ఉపకరించదు “నువ్వే తెలుసుకో!” అని మనం హెచ్చరించినా, తెలుసుకోవటానికి ప్రయత్నించడు. ప్రేమ భయాన్ని పోగొడుతుందని చెప్పండి, ఏమీ ప్రయోజనంలేదు మనసుకొప్పి మాటాడుకుంటే భయంపోతుందంటారు. ఎమర్సన్ అంటాడు “జీవితంలో కబుల్లే చాలా మందివి. చిత్తశుద్ధిగల వ్యక్తులమధ్య మాటలే గడవగాహన కలిగించి విజయాన్ని సాధిస్తాయి” అని. కాని, ఈ విషయంలో మనుష్యులకి కావలసింది కబుర్లుగాదు. ఫలితం! డాక్టరుచెప్పే కబుర్లు డాక్టర్‌కి చాలా బాగుండవచ్చుగాని, పేషెంటుకు బాగుండవు.

ఆడ్లర్ సిద్ధాంతం

ఆల్‌ఫ్రెడ్ ఆడ్లర్ వ్యక్తిగత మనస్తత్వసిద్ధాంతానికి ఐదే దినవ్యక్తి. ఆ సిద్ధాంతానికి ప్రశిషాదకుడాయన. ప్రేమకు

సంబంధించినంతవరకూ మానసిక అస్థిగత్యం గల వ్యక్తికే శీఘ్రస్థూలనం జరుగుతుండనీ అది చెడిన చైతన్యంవల్ల కలుగుతోందని అన్నాడు కామదార్శల్యంగల మనుష్యులు శ్రీలంఠే భయపడతాడు. కామానుభవమే అవిశీతిఅనే అభిప్రాయం వారిలో నాటుకుని ఉండటమే కారణం. తమకు ఏ కుక్కలేనిదానిని ఏదో శ్రీమంచి దొంగిలేస్తున్నామన్న అభిప్రాయం కలిగి వారిలో నేరచింతన పెరుగుతుంది తాను ఒక అమ్మాయిని మోసగించి వాడుకుంటున్నానన్న అభిప్రాయంతో ఎప్పుడైతే మగవాడు సమీపిస్తాడో అప్పుడే అతడు కామంలో అపజయాన్ని పొందుతాడు. అతనిలాంటి మర్యాదస్తుడు ఇంతో అంతో మానసికంగా బాధపడకుండా ఆ అమ్మాయిని మోసగించలేడు. తానొక దొంగవలె ఆమెను సమీపిస్తాడు కనుకనే అన్నిరకాలతప్పులూ చేస్తాడు. తానుచేసే రతి మంచిది కాదన్న భావం యెప్పుడైతే అతనిలో స్థిరపడిందో అప్పుడే రతిని సమగ్రింగా చెయ్యలేని దశ వస్తుంది.

శ్రీపురుషులమధ్య లైంగికసంబంధాన్నే కామం అని ఆడ్లర్ నిర్వచించాడు. తానీ విషయంలో తన భాగస్వామిని బాధిస్తున్నాననీ, గాయపరుస్తున్నాననీ, మనస్సులో బాధపడుతూ యెప్పుడైతే ఒకవ్యక్తి రెండవవ్యక్తిని సమీపించటం జరిగిందో అప్పుడే ఆ వ్యక్తి తానేదో నేరం చేస్తున్నట్లుగా ప్రార్థించటం జరుగుతుంది. ఒక వ్యక్తి రెండవవ్యక్తి తన నిస్వార్థ

కోసమే వినియోగించుకుంటున్నానని యెప్పుడైతే భావించటం జరుగుతుందో అప్పుడే కామడుగ్గుత ప్రవేశిస్తుంది. అప్పుడా సిగ్గరిపిముడు తానేకో మర్యాదస్తుడననుకుంటాడు.

నిజంగా నువ్వు ఆడబిల్లను కామించడలచుకున్నప్పుడు యే సిగ్గూలేకుండా ఆమెను సమీపించు; అప్పుడు నపుంసకత్వ మంటూ కనబడదు.

ఇదీ ఆడ్లర్ సిద్ధాంతం; చీత్సానిధానం. వ్యక్తిజీవన విధానమే అతని కామవాంఛని మారుస్తుందని ఆడ్లర్ అను యాయులంటారు. కామమే మానవుని జీవితనిధానాన్ని మారు స్తుందని ఫ్రాయిడ్ సిద్ధాంతం— ఇదే వీరద్దరికీ తేడా.

యంగ్ సిద్ధాంతం

“వ్యక్తిగత మనస్తత్వ పద్ధతులద్వారా కామదౌర్బా ల్యానికి చీత్స” అన్న పరిశోధనపత్రంలో డాక్టర్ యంగ్ శీఘ్రస్కలనం గురించి చర్చించాడు. మగవాడు తాను ప్రేమించని ఏ స్త్రీనయినా కలియటం జరిగినప్పుడే శీఘ్రస్కలనం జరుగుతుందన్నాడు. సాధారణంగా పేషెంట్లు పరస్మైలగురించికెప్పేటప్పుడు వ్యాధిభయంవల్లనే అలా అయిందంటారు. స్వభార విషయంలోఅయితే— తనకు వ్యాపార సంబంధమైన లావాదేవీలవల్ల మనశ్శాంతి లేకంకపోయి విఫలుడవటం జరిగిందంటాడు. కామంవంటి చిల్లర విషయాలకు ప్రాధాన్యత

ఇవ్వననో, లేదా ఒక అమాయకురాలిని చెరచటం తనకు ఇష్టం లేదనో చెప్తుతాడు. ఇలాంటి వంకలెన్నో ఉన్నాయి. ప్రేమ లేని దాంపత్యం చెడ్డదికనుకనే ఆ వంకలు పెరుగుతున్నాయి.

సాధారణంగా వివాహాలు కట్టాలు కానుకలూవంటి అర్ధిక ప్రయోజనాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని, లేదా సాంఘికంగా లభించే గౌరవాలను హోదాలనూ దృష్టిలో పెట్టుకుని, కుల మత తత్వాలు ప్రధానంగా మానుకుని చేసుకోవటం జరుగు తోంది. చూడండి ఒకే ఒక్క విషయం ఆ వధూవరుల మధ్య ప్రేమానుకాగాలు, అవి లేకుండానే అన్ని దేశాల్లోనూ ఈ నాటి పెళ్ళిళ్ళు అవుతున్నాయి గనుక పెళ్ళిళ్ళు వైభవంగానే జరుగుతున్నాయిగాని, దాంపత్యాలు మాత్రమే అఘోరిస్తున్నాయి. ప్రేమలేని దాంపత్యం వ్యభిచారంతో సమానం. అందుకే చాలా దాంపత్యాలు అపజయం సాలయ్యాయి.

యంగ్ కొన్ని కేసుల్ని తీసుకుని కొన్ని వర్గాలలో విభజించాడు. ఈ దిగువరకం కేసులే లోకంలో యెక్కువగా ఉన్నాయన్నాడు:-

ఒకటి- మతవిశ్వాసాలతో సుశిక్షణలో పెరిగిన కుర్రవాడు పరభార్యతోగాని, వ్యభిచారిణితోగాని భయంతోనూ దొంగతనంగానూ రతిజపితే విఫలుడవుతాడు. భయం అతగాడికి అవరోధమవుతుంది. ఈ విధంగా అపజయంతో ప్రాభవించి, ఆందోళనలో మునిగి ఆ తర్వాత మరికొన్ని విఫల

ప్రయత్నాలుచేసి, బలాత్కారంగా పెళ్ళిచేసుకుంటాడు. ఆ పెళ్ళి కూడా కామవరంగా జయప్రదంకాదు; కారణం, అతడు మనస్సు యెప్పుడూ ఆ అవదయానికి సంబంధించిన శంకతో పరితప్తం అవుతూఉండటమే. దాంపత్యంలో విఫలుడయ్యే ఈ మనిషి హస్తప్రయోగంలో సఫలుడవటం గమనించండి. ఒక రకం అవమానం అతన్ని యెప్పుడూ ఆవరించిఉంటుంది. దానితో సాహసాన్ని పోగొట్టుకుంటాడు. ఏ అవమానమూ ఎరగని చొరవఉంటేగాని మానసిక ఆరోగ్యం లభ్యంకాదు. మానసిక ఆరోగ్యం ఉంటేగాని శంకృష్టికరమైన వైవాహిక ఆనందం లభించదు.

(తరువాయి అయిదవ భాగంలో)

